

SAINT-MARC-DE-FIGUERY

«Ensemble pour construire l'avenir»



L'ÉVEIL CAMPAGNARD

Volume 19, numéro 10, 28 octobre 2019

SOYEZ DE CEUX QUI...

**ACCUEILLERONT DES PETITS MONSTRES
À LA MAISON LE 31 OCTOBRE
JOYEUSE HALLOWEEN!**



**PARTICIPERONT À L'ÉVÉNEMENT
FESTIF AUTOMNAL BIÈRES ET SAUCISSES
LE 2 NOVEMBRE!**



**DÉCOUVRIRONT LES BEAUX PAYSAGES
QUE LA NATURE NOUS OFFRE
SUR LE TERRITOIRE SAINT-MARCOIS
AU COURS DES PROCHAINES SEMAINES**





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 de la photo de la page couverture: Jocelyne Bilodeau

Table des matières & Pensées du mois.....	3
Section municipale/Info-citoyen/Info-budget	4 et 6
Info-agente de développement.....	7
Info-recyclage.....	8
Info-environnement.....	9
Info-compost.....	10
Info-biblio.....	11
Info-pompier.....	12
Info-santé.....	13
Info-jeunesse.....	14
Info-scolaire.....	15
Info-parents.....	16
Info-aînés.....	17 et 18
Info-culture.....	19
Info-sécurité.....	20 à 22
Recette du mois.....	23
Conseil projets construction.....	24
Chronique météo.....	25
Section des nouvelles.....	26 à 31
Section des communiqués.....	32 à 40
Contact avec l'état.....	41
Calendrier détachable.....	43
Pause café.....	45

PENSÉES DU MOIS

La qualité d'un homme se calcule à sa démesure; tentez, essayez, échouez même, ce sera votre réussite – **Jacques brel**

Certains veulent que ça arrive, d'autres aimeraient que ça arrive, et les autres font que ça arrive – **Michael Jordan**

Dans vingt ans vous serez d'avantage déçus par les choses que vous n'avez pas faites que par les choses que vous avez faites. Alors sortez des sentiers battus. Mettre les voiles. Explorez. Rêvez. Découvrez. – **Mark Twain**

Celui qui se perd dans sa passion a moins perdu que celui qui perd sa passion – **Alexandre Jardin**

Les winners sont des losers qui se lèvent et essaient une fois de plus – **Dennis DeYoung**

L'homme le plus heureux est celui qui fait le bonheur d'un plus grand nombre d'autres. – **Denis Diderot**

Si je ne peux changer une situation, je peux en transformer le sens. – **Jacques Salomé**

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



SECTION MUNICIPALE

Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery COMPTE-RENDU SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL

www.saint-marc-de-figuery.org

Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors de la séance ordinaire du 7 octobre 2019.

1. Adoption du procès-verbal de la séance du conseil du 9 septembre 2019, tel que déposé.
2. Les membres du conseil accordent une aide financière de 200 \$ pour l'activité bières et saucisses qui aura lieu le 2 novembre prochain.
3. Pour soutenir la Fondation Hospitalière d'Amos, le conseil a résolu d'accorder une aide financière de 500 \$ pour l'achat d'équipements médicaux.
4. Les élus ont unanimement résolu de proclamer la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery alliée contre la violence conjugale.
5. Les membres du conseil ont résolu d'accepter de défrayer les coûts, d'arpenteur et de notaire suite à la donation de Monsieur St-Arnauld d'une parcelle de terrain pour la réalisation du Projet descente de bateau.
6. Le conseil a octroyé à Magny construction le contrat pour les travaux de toiture du 10 avenue Michaud au montant de 18 485 \$, taxes non comprises.
7. Les élus ont résolu de ne pas accorder de crédit pour la collecte de compost étant donné que celle-ci débutera en décembre et que les collectes du bac brun ont dû être compensées par des collectes supplémentaires du bac vert cet été avec un coût additionnel.
8. Les membres du conseil ont autorisé la directrice générale à déposer une demande de soumission, pour le test de capacité portante du terrain pour le Projet du Centre Récréatif Dominic Boutin.
9. Les membres du conseil ont résolu que la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery adopte le schéma de couverture de risques révisé de la MRC de l'Abitibi.
10. Sous recommandation du comité consultatif en urbanisme, le conseil a refusé la demande de dérogation mineure au 405 chemin des Collines, la demande était pour la construction d'un garage avec des murs à 12', les normes étant de 10'. Par contre, le conseil autorise des murs à 11'.
11. Lors de sinistre, les élus ont accepté d'accueillir temporairement à la maison du citoyen, la clientèle du HLM de Saint-Marc-de-Figuery, jusqu'au moment de leur prise en charge par la famille, ami ou autre.
12. Les membres du conseil autorisent une dépense de 500 \$ pour l'appui à un projet COOP pour des frais de développement.
13. Le conseil autorise la directrice générale à déposer une demande d'aide financière au programme FIMEAU.
14. Les élus autorisent la directrice générale à assister à une formation, sur l'autorité des marchés et appels d'offres, donnée par l'ADMQ.
15. Le conseil a résolu de procéder au rechargement d'une partie de la route de l'Hydro, pour un montant de 14 950 \$ taxe non comprise pour l'achat de gravier auprès de l'entreprise Excavation Gilbert Sheehy inc..
16. Adoption des dépenses
 - Comptes fournisseurs payés en septembre 2019 pour un total de 38 835,98 \$
 - Versement par chèque C1900137, C1900143 à C1900154
 - Paielement en ligne sécurisée L1900057 à L1900061
 - Paielement par transfert électronique P19000184 à P1900200
 - Comptes à payer en octobre 2019 en date du conseil pour un total de 48 161.02 \$
 - Salaires payés en septembre 2019
 - D1900191 à D1900214 pour un montant total de 15 756,40 \$ et
 - P1900005 pour un montant total de 908,69 \$
 - Consulter la liste complète dans le journal Éveil campagnard d'octobre 2019.

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, 4 NOVEMBRE 2019, 19 H 30 AU 162 CHEMIN DES PRÉS



INFO-BUDGET

MUNICIPALITÉ SAINT-MARC-DE-FIGUERY

LISTE CHÈQUES SEPTEMBRE 2019

N° chèque	Nom	Description	Montant
L1900057	MINISTERE DU REVENU DU QUÉBEC	Retenues à la source Août 2019	5 514,12
L1900058	RECEVEUR GÉNÉRAL DU CANADA	Retenues à la source Août 2019	2 295,75
L1900059	HYDRO-QUÉBEC	Infrastructures sportives, luminaires, 10 av. Michaud, bureau municipal, Caserne/garage, PP1, PP2	1 002,85
L1900060	BELL MOBILITE	Cellulaires	137,89
L1900061	TÉLÉBEC LTÉE	10 av. Michaud, Bureau municipal	275,80
C1900137	VILLE D'AMOS	Site d'enfouissement	4 546,32
C1900143	BOUTIQUE DE BUREAU GYVA	Étiquettes transparentes	22,17
C1900144	C.D. BOUTIN	Essence compacteur, pick up, pelouse. Diésel tracteur, niveleuse. Produits d'entretien, frais de poste, plomberie, quincaillerie	969,13
C1900145	ALUMI-NORD RMG INC.	Rampe d'accès en aluminium	402,41
C1900146	Poste Canada	Journal	92,82
C1900147	La Capitale Assureur adm. publique inc.	Assurances collectives	1 108,72
C1900148	Méga Centre Kubota	Carte cadeau vs souffleur à feuilles, filtres tracteur	96,19
C1900149	Alexandre Lavigne	Vidange fosse septique remboursement	275,00
C1900150	CHEF A DOMICILE TRAITEUR INC.	Festivités champêtres	4 886,36
C1900151	Pavillon de la Rose	Don décès Marie-Josée Deschâtelets	75,00
C1900152	Municipalité de Grenville-sur-le-Rouge	Soutien financier	150,00
C1900153	H2Lab Inc	Test affluent	146,48
C1900154	Techtel communication inc.	Système téléphonique, batterie de secours	3 463,51
P1900184	Gestion Simon Blanchard inc	Terres musée, drill à percussion	275,88
P1900185	M & M NORD OUEST INC.	mèche <a ciment, mitaine synt, savon	65,46
P1900186	BIGUÉ AVOCATS	Frais de contestation	89,68
P1900187	BOIS TURCOTTE LTÉE	Scellant flextra, insecticide guêpes	76,73
P1900188	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidange	253,45
P1900189	GAGNON NANCY	Entretien ménager bureau municipal, Maison du citoyen	75,00
P1900190	IMPRIMERIE HARRICANA	Journal	470,25
P1900191	GROUPE LEXIS MÉDIA INC.	Publicité Festivités champêtres	238,56
P1900192	ZIP LIGNES	pancarte attention enfant, crédit	45,90
P1900193	DANIEL TÉTREAU	Audit TECQ 2014-2018	2 127,04
P1900194	EXCAVATION GILBERT SHEEHY INC.	Gravier Miellerie, Gravier Hauts-Bois	8 646,13
P1900195	GROUPE LEXIS MÉDIA INC.	Publicité Festivités champêtres	238,56
P1900196	PAPETERIE COMMERCIALE	Livre bibliothèque	24,10
P1900197	RP EXPRESS	Transport test PP2	12,77
P1900198	ANDRÉ LABBÉ	Déplacement	44,10
P1900199	Bélangier Doris	Savon à main, déplacement Colloque, repas et hébergement	609,35
P1900200	GAGNON NANCY	Entretien ménager bureau municipal, Maison du citoyen	82,50
			38 835,98

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

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

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

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

SECTION DES NOUVELLES MUNICIPALES



PROJET COMPOST - G4

Le 30 septembre dernier s'est tenue une conférence de presse au cours de laquelle Madame Suzanne Blais, députée d'Abitibi-Ouest, a procédé à l'annonce de la subvention de 300 000\$ que nous avons reçu pour notre projet novateur regroupé de compostage, permettant de financer une part des dépenses associées aux services professionnels, des outils d'information et de sensibilisation, l'achat des bacs roulants ainsi que des coûts d'équipement. Les élus ont profité de cette occasion pour présenter plus en détail le projet et annoncé le début des séances d'informations.



Afin d'immortaliser ce moment, il y a eu une prise de photos en compagnie de notre représentante provinciale et des représentants municipaux. Monsieur Jocelyn Boucher, maire de St-Félix-de-Dalquier, Monsieur Guy Baril, maire de Landrienne, Madame Suzanne Blais, députée d'Abitibi-Ouest, Monsieur Daniel Rose, maire de Saint-Marc-de-Figuery, Monsieur André Gélinas, conseiller de La Corne.

***** NOMINATION *****

Bienvenue à Madame Martine Lachaine
au sein de l'Équipe municipale
Saint-Marchoise au poste
d'adjointe administrative.



INSTALLATION
RÉNOVATION
COMMERCIAL
RÉSIDENTIEL
INSTITUTIONNEL

Danny Lamoureux
392, route 111 Ouest
Amos, Qc J9T 2Y2
admin@lamoureuxelectricien.com
T. 819 732-3500 • F. 819 732-1658

 Corporation
des maîtres électriciens
du Québec
MEMBRE DE LA CORPORATION
des maîtres-électriciens du Québec

 **DL**
Entrepreneur Électricien
& ASSOCIÉS
9141-1736 Quebec inc.



INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

Emploi et main-d'oeuvre, Jeunes Études, boulot et dodo

— Mariella Collini

Une récente mouture de la publication intitulée « Regard statistique sur la jeunesse » approfondit diverses thématiques touchant les jeunes âgés de 15 à 29 ans. En période de rareté de la main-d'œuvre et alors qu'il est impératif de valoriser la persévérance scolaire, jetons un coup d'œil sur l'emploi des jeunes adultes de la région encore aux études.

Taux d'emploi des étudiants à temps plein

En Abitibi-Témiscamingue, le taux d'emploi chez les étudiants à temps plein âgés de 15 à 29 ans s'était fixé à 54,6 % en 2018, comparativement à 47,1 % au Québec. Il s'agit d'une 3^e année consécutive où leur taux d'emploi est plus élevé que 50 %, une marque encore jamais atteinte à l'échelle québécoise. À l'instar de la tendance provinciale, les étudiants de la région sont de plus en plus nombreux à occuper un emploi pendant leurs études. Leur taux d'emploi est passé de 29,3 % en 1998, à 36,4 % en 2008 pour atteindre une marque inégalée jusqu'ici, à 54,6 % en 2018.

Nombre moyen d'heures de travail hebdomadaire

Si le taux d'emploi des jeunes de la région qui ont déclaré concilier « études et travail » est supérieur à celui de leurs homologues québécois, les jeunes tendent à travailler moins d'heures hebdomadairement. Ainsi, les étudiants à temps plein âgés de 15 à 29 ans ont travaillé en moyenne 13,4 heures par semaine pendant leurs mois d'études (septembre à avril), comparativement à 14,9 heures pour ceux de l'ensemble du Québec.

Nombre moyen d'heures de travail hebdomadaire chez les étudiants à temps plein

Abitibi-Témiscamingue et ensemble du Québec, 1998, 2008 et 2018

	Abitibi-Témiscamingue	Ensemble du Québec
1998	13,8	14,4
2008	14,8	15,3
2018	13,4	14,9

Poids des jeunes âgés de 15 à 29 ans dans la population occupée

En 2018, 20 200 jeunes adultes de 15 à 29 ans occupaient un emploi, qu'ils soient ou non aux études, ce qui représente 26 % de l'ensemble de la main-d'œuvre occupée de l'Abitibi-Témiscamingue (76 500). L'évolution de leur taux d'emploi est à la hausse, passant de 56,2 % en 1998 à 77,7 % en 2018. Il s'agit d'un taux d'emploi régional nettement supérieur à celui enregistré chez les jeunes adultes québécois (70,1 %).

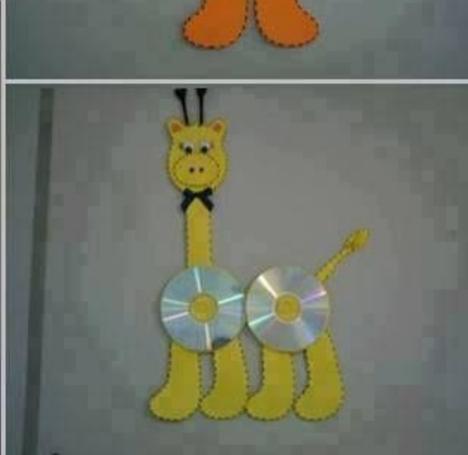
Source : Institut de la statistique du Québec (2019). Regard statistique sur la jeunesse. État et évolution de la situation des Québécois âgés de 15 à 29 ans, 1996-2018 – Édition 2019, 2019.

Article publié par l'Observatoire en octobre 2019.



INFO-RECYCLAGE

DES IDÉES DE DÉCORATION AVEC DES CD



À VOUS DE CRÉER VOTRE CHEF-D'ŒUVRE!
NOËL ARRIVE À GRANDS PAS INNOVER DANS LA CRÉATION DE DÉCORATIONS!

RÉUSITECH
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

LA GESTION INTÉGRÉE DE L'EAU

La gestion intégrée de l'eau par bassin versant (GIEBV) a été mise sur pied par le Ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques selon la **Politique nationale de l'eau** établie en 2002 par le gouvernement du Québec. Par la suite, en 2005, 33 bassins ont été mis en place en fonction de leurs problèmes de qualité, de quantité ou de conflit d'utilisation de l'eau. Il y a maintenant **40 zones de gestion intégrée de l'eau couvrant 75 % du territoire québécois**.

Ce principe de gestion tient compte des enjeux locaux et régionaux de son **approche est environnementale**, au niveau des écosystèmes et des bassins versants. Elle permet de comprendre et d'expliquer les problèmes liés aux enjeux de l'eau ainsi que trouver des solutions permettant le **développement durable**. Cette forme de gestion permet de cibler des priorités d'actions selon les différents impacts de la consommation de l'eau sur le milieu aquatique.

L'OBVAJ là-dedans?

La gestion intégrée, c'est aussi de l'eau pour ses utilisateurs et gérée par ces derniers. L'organisme de bassin versant Abitibi-Jamésie conscientise les acteurs de l'eau aux droits et responsabilités liés aux usages de la ressource hydrique. Il favorise l'utilisation responsable de notre ressource en expliquant les grands principes de gouvernance de l'eau. Il encourage la gestion participative de l'eau en insistant sur l'importance de l'implication de tous aux différents niveaux de gestion ainsi que dans l'aménagement intégré du territoire.

Comment s'y prend l'OBVAJ?

1. Rédige un **Plan directeur de l'eau**, qui permet de refléter les enjeux de la ressource sur le territoire et qui représente la vision des acteurs locaux sur la ressource;
2. Effectue la promotion et la mise en œuvre du **Plan directeur de l'eau** auprès des acteurs de la zone de gestion;
3. Acquiert des **connaissances** sur la ressource de manière continue;
4. Favorise la **concertation** entre les acteurs locaux et la société civile;
5. **Informe, sensibilise, consulte et mobilise** les citoyens et les acteurs de l'eau de manière continue;
6. **Encadre le développement de projets** reliés à la réalisation des objectifs de l'organisme et de la concrétisation d'actions découlant du Plan directeur de l'eau et d'en **assurer le suivi**.

Source : <http://www.cara.qc.ca/index.jsp?p=36>

Pourquoi une gestion intégrée de l'eau?

- Encourager une gestion qui prend en compte les caractéristiques naturelles d'un bassin versant;
- Cumuler les activités humaines qui y sont présentes;
- Chercher à maintenir un équilibre entre la protection de l'environnement et les activités humaines;
- Mobiliser et impliquer les utilisateurs du bassin versant en coordonnant les différents paliers de gestion pour la durabilité de la ressource;
- Arrimer les règles substantielles afin de s'assurer d'une cohérence dans la gestion de l'eau;
- Poser des actions rentables et durables.

Qu'est-ce que le plan directeur de l'eau (PDE)?

Un outil de planification essentiel à la gestion intégrée par bassin versant, sa rédaction est le mandat principal d'un organisme de bassin versant. Il permet une vision globale des enjeux reliés à l'eau dans les limites hydrographiques du territoire. La rédaction du PDE concerne la collecte de données, la consultation publique et la concertation des acteurs locaux du territoire.

PDE de l'OBVAJ : <http://obvaj.org/plan-directeur-de-leau/sections-du-plan-directeur-de-leau/>



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

L'AVENIR
EST AU BRUN



INFO-COMPOST



DES
QUESTIONS ?

819 732-8501
819 732-8501

st-marc-de-figuery.org



DISTRIBUTION DES BACS BRUNS

MESSAGE À TOUS LES RÉSIDENTS QUI NE SE SONT PAS PRÉSENTÉS AUX DATES DE DISTRIBUTION VOS BACS RESPECTIFS SERONT TRANSPORTÉS À VOTRE RÉSIDENCE ET UNE CHARGE DE 10 \$ VOUS SERA AFFECTÉE.

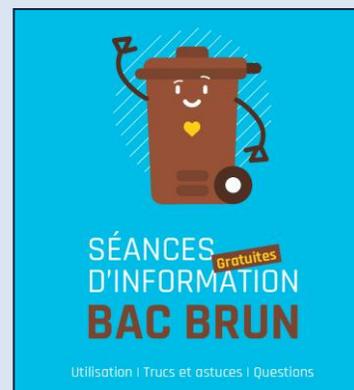
Vous désirez plus d'information, contactez Madame Doris Bélanger, directrice générale au 819-732-8501.



La date du début de la collecte du compost n'est pas connue présentement, alors vous ne pourrez pas utiliser votre bac immédiatement.

SÉANCES D'INFORMATIONS

- Lundi 28 octobre, La Corne, Salle Champagne
- Mardi 29 octobre, Saint-Marc-de-Figuery, Maison du Citoyen
- Mardi 5 novembre, Landrienne, Salle de l'Âge d'or
- Jeudi 14 novembre St-Félix-de-Dalquier, Salle du complexe sportif
- Mercredi 20 novembre, Saint-Marc-de-Figuery, Maison du Citoyen



ÉTAPES À VENIR :

- Rubriques d'informations sur l'avancement du projet compostage dans le journal local L'Éveil Campagnard, sur le site Internet municipal et le Facebook de la Maison du Citoyen.
- Publication du nouveau calendrier des collectes

TOUT LE MONDE
PEUT LE FAIRE!



INFO-BIBLIO

Voici des suggestions de titres de livres à votre disposition



TITRE:

La vie, c'est comme une boîte de chocolat
Telle mère, quelle fille?

Les amants terribles

Liz Taylor & Richard Burton

Dalida Les larmes de la gloire

Momone

À toi Richard...

Jadis, si je me souviens bien...

Quand t'es née pour un p'tit pain

Claudette Dion La sœur de...

Denyse Émond, Ti-Mousse

Sur les chemins du hasard

Janine Sutto Vivre avec le destin

Un rêve pour la vie

AUTEUR:

Alain Morisod

Sophie Thibault et

Monique Larouche-Thibault

Jacqueline Monsigny et

Edward Meeks

Bernard Pascuito

Simone Berteaut

Richard Garneau

Georges-Hébert Germain

Denise Filiatrault et Danièle Lorain

Jean-Yves Girard

David Lavallée

Marcel Leboeuf

Jean-François Lépine

Michel Arseneault

MAISON D'ÉDITION:

La Sarine

Les éditions de l'Homme

Alphée

Michel Lafon

Robert Laffont

Stanké

Libre Expression

Libre Expression

La Presse

Les éditions JCL

Cornac

Libre Expression

Libre Expression

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

Horaires tous les mercredis de 18 h à 20 h.

Au plaisir de vous accueillir!

Services offerts à la population gratuitement:

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



C.D. BOUTIN

434, Route 111

Saint-Marc-de-Figuery

(Québec) J0Y 1J0

Téléphone: 819-732-4030

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

Station d'essence sans-plomb et diesel :

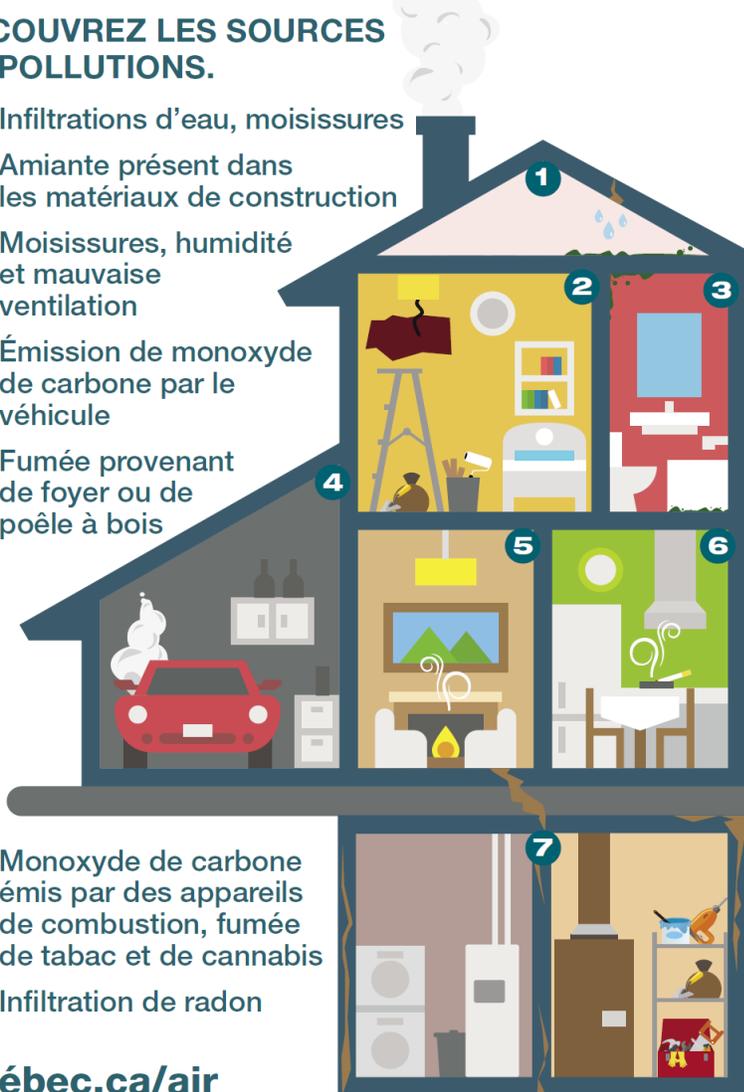


Produits Pétroliers Harricana inc.

RESPIREZ UN AIR DE QUALITÉ CHEZ SOI!

DÉCOUVREZ LES SOURCES DE POLLUTIONS.

- 1 Infiltrations d'eau, moisissures
- 2 Amiante présent dans les matériaux de construction
- 3 Moisissures, humidité et mauvaise ventilation
- 4 Émission de monoxyde de carbone par le véhicule
- 5 Fumée provenant de foyer ou de poêle à bois
- 6 Monoxyde de carbone émis par des appareils de combustion, fumée de tabac et de cannabis
- 7 Infiltration de radon



Quebec.ca/air

Québec

LE PLAN D'ÉVACUATION : QUOI FAIRE DANS LE FEU DE L'ACTION !

DESSINEZ-LE

- Dessinez le plan d'évacuation de votre maison en faisant participer vos enfants et tout autre occupant !
- Si vous êtes locataire, prenez connaissance de la procédure d'évacuation prévue par votre propriétaire. S'il n'y en a pas, avisez-le de l'importance d'en prévoir une.

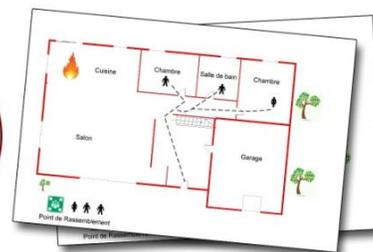
INDIQUEZ LES ÉLÉMENTS SUIVANTS SUR VOTRE PLAN :

- Deux sorties accessibles, si possible, comme une porte et une fenêtre dans chaque pièce;
- L'emplacement de tous les avertisseurs de fumée;
- L'emplacement des extincteurs;
- En pointillé, tous les trajets à partir de chaque pièce pour vous rendre dehors;
- Le point de rassemblement à l'extérieur, généralement à l'avant de votre maison ou de votre immeuble.

L'AVERTISSEUR DE FUMÉE : LE MOYEN LE PLUS FIABLE POUR VOUS ALERTE !

- Vérifiez-les régulièrement, idéalement tous les mois, et remplacez-les au 10 ans.
Ne retirez jamais la pile de l'avertisseur et ne le débranchez pas, même s'il se déclenche inutilement.
- Utilisez plutôt la sourdine de l'appareil s'il possède cette fonction.
- Assurez-vous d'avoir un avertisseur de fumée dans le corridor près des chambres.

Exercez-vous en famille !



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



McGUIRE, PROVENCHER-LAVERGNE AVOCATS

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

NICOLAS PROVENCHER-LAVERGNE, LL.B.
Avocat

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

39-A, 1^{ère} Avenue Ouest

Amos (Québec) J9T 1T7

Téléphone : 819-732-5258

Télécopieur : 819-732-0394

Adresse électronique : mcguire.avocats@cableamos.com

INFO-SANTÉ

Des arguments pour faire fondre vos objections

Les meilleures excuses

Elles sont si nombreuses! Et pourtant, bouger, ce n'est pas si compliqué! Il suffit parfois de marcher, tout simplement pour quitter sa vie sédentaire. Vous vous reconnaissez peut-être...

Je n'ai pas le temps

- C'est la raison numéro un évoquée pour justifier de ne pas faire d'exercice.
- Si on déniche une activité qui nous plaît vraiment, on a de bonnes chances de trouver du temps pour la pratiquer.
- Idéalement, il faudrait être actif de 4 à 7 jours par semaine, 30 minutes par jour (sans interruption ou par tranches d'au moins 10 minutes). Mais même sous ces seuils, l'activité est bénéfique pour la santé.
- Et puis, ça ne prend pas plus de temps de choisir l'escalier ordinaire plutôt que l'escalier mécanique...

Il existe des stratégies pour « trouver le temps ». Peut-être que certaines d'entre elles pourraient vous convenir? En entrevue, la chercheuse Marielle Ledoux, professeure à l'Université de Montréal, en expose quelques-unes.

« Pour ce qui est de l'exercice, auparavant, on présentait aux gens le fameux "trois fois par semaine, 20 à 30 minutes chaque fois, à moyenne ou forte intensité" comme étant le seul moyen d'avoir un impact. On laissait entendre que c'était la seule chose à faire. Mais maintenant, des recherches prouvent ce qu'on savait intuitivement et le message a changé. On sait que faire un peu d'exercice pendant la journée [peut être bénéfique], peu importe le type d'exercice. On sait aussi qu'on peut découper cela en tranches de dix minutes.

Donc, si je marche dix minutes pour aller chercher du lait, ou si je prends l'escalier au lieu de l'ascenseur, c'est déjà ça. Il n'est pas nécessaire de grimper jusqu'au 20^e étage! On se rend compte que toutes ces petites choses mises ensemble ont autant d'effet, physiologiquement parlant, et sur le plan de la perte de poids, que de se livrer à un entraînement rigoureux. On peut découper nos 30 minutes par jour en tranches de dix minutes. Mais c'est certain que plus l'exercice est de faible intensité, plus il faudra en faire beaucoup pour obtenir des résultats. »

Est-ce que ça vaut vraiment la peine?

Les bénéfices sont indéniables : santé physique, estime de soi, bonne humeur, sexualité plus épanouie, entrain, souplesse, réduction du stress, meilleures relations humaines, etc. Des études scientifiques à l'appui, l'activité physique prévient les troubles cardiovasculaires, le diabète, le cancer et l'ostéoporose.

Vous désirez lire l'article dans son intégralité :

https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/ArticleComplementaire.aspx?doc=etre_actif_mais_do



**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

Au sujet de la cyberintimidation



Faits et autres renseignements essentiels sur la cyberintimidation

Fait n° 1

Près de 1 adolescent canadien sur 10 – 8 % – a dit avoir été victime de cyberintimidation par l'intermédiaire des réseaux sociaux.Footnote 1

Fait n° 2

Plus du tiers des adolescents canadiens avec un profil de réseau social – 35 % — ont vu des commentaires méchants ou inappropriés au sujet d'une personne qu'ils connaissent.Footnote 1
14 % d'entre eux ont dit avoir reçu des commentaires inappropriés eux-mêmes par l'intermédiaire des réseaux sociaux.Footnote 1

Fait n° 3

18 % des parents disent avoir un enfant qui a subi de la cyberintimidation.Footnote 2
31 % disent connaître une enfant de leur collectivité qui a subi la cyberintimidation.Footnote 2

Fait n° 4

90 % des Canadiens feraient en sorte qu'il soit illégal d'utiliser des moyens électroniques pour «contraindre, intimider, harceler ou causer d'autres détresses émotionnelles importantes». Footnote 3

Autres renseignements essentiels à savoir

- Les messages, messages instantanés et photos harcelantes peuvent être envoyés rapidement à un très grand public. Il est aussi très difficile de les supprimer après qu'ils ont été envoyés ou affichés.
- La cyberintimidation n'a pas besoin d'être faite en personne. De plus, les blessures qu'elle cause peuvent ne pas être directement visibles. C'est peut-être ce qui fait en sorte qu'elle est facile à faire sans même tenir compte des conséquences.
- Si tu « aimes » un message de cyberintimidation ou que tu le partages, tu fais partie du problème. En faisant cela, tu encourages et appuies ce type de comportement, et tu contribues à la douleur de l'autre en propageant l'humiliation et les blessures.

Source : <https://www.securitepublique.gc.ca/cnt/ntnl-scr/cbr-scr/cbrblng/tns/bt-cbrblng-fr.aspx>

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

ERABI INC.

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

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

INFO-SCOLAIRE

Valoriser l'effort et la progression

Le fait de valoriser notre enfant sur son travail scolaire est très positif et a des effets sur :

- le développement de l'estime de soi
- et l'importance d'apprendre de ses erreurs.

L'enfant valorisé sur sa ténacité et sur ses progrès développe une attitude différente!

- Il comprend que son intelligence se développe au fur et à mesure de ses apprentissages.
- Il ne s'inquiète pas de savoir si les autres le trouvent intelligent.
- Il s'investit à fond dans ses apprentissages.
- Il réagit à l'échec et à la frustration en redoublant d'effort.
- Il cherche à développer de nouvelles stratégies pour solutionner les problèmes.
- Il a de meilleures chances de réussir et de persévérer à l'école.

9 astuces pour y arriver

1. Valoriser les efforts de votre enfant.
2. Lui expliquer pourquoi vous êtes fier de ses efforts.
3. Insister sur ses progrès, tout en lui faisant réaliser l'importance de persévérer.
4. L'inviter à nommer les réalisations dont il est fier.
5. Éviter de comparer ses résultats scolaires avec ceux des autres.
6. L'inviter à se servir de ses erreurs comme d'un tremplin pour atteindre ses objectifs.
7. Utiliser ses échecs pour cibler ce qui est à travailler et trouver avec lui des moyens concrets d'y arriver.
8. Utiliser le langage non verbal : tape sur l'épaule, caresse dans le dos, applaudissements, pouce levé, etc.
9. Varier les types d'encouragements :
Super! Bravo! Bien joué! Tu y es presque! Tu fais du bon travail! Tu t'améliores de jour en jour!
Ça avance bien! Tu fais du progrès!



Source : <https://www.alloprofparents.ca/articles/le-quotidien-familial/9-astuces-valoriser-efforts-scolaires/>



- 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

INFO-PARENTS

Aider son enfant à bien utiliser son agenda scolaire

L'agenda est un outil d'organisation et un aide-mémoire indispensables pour les élèves du secondaire à qui on demande une plus grande charge de travail et une plus grande autonomie qu'au primaire. Mais encore faut-il qu'ils sachent s'en servir! Voici quelques conseils pour les parents qui souhaitent aider leur enfant à mieux structurer leur agenda scolaire. À l'école secondaire, l'agenda devient un outil d'organisation indispensable pour les élèves. Mais pour utiliser cet aide-mémoire de façon efficace, ils doivent d'abord apprendre à s'en servir.

À quoi sert l'agenda scolaire?

L'agenda scolaire est un aide-mémoire utile pour diminuer les risques d'oublis. Cet outil permet à l'élève de mieux structurer l'ensemble de ses responsabilités reliées à l'école, mais aussi à sa vie parascolaire et personnelle.

Il lui permet d'organiser son horaire en incluant les périodes de cours, de devoirs, d'étude, ainsi que ses activités de loisirs. L'agenda aide également l'élève à avoir une vision globale de ses réalisations. Par exemple, à la fin d'une semaine très chargée, il peut se sentir fier de voir toutes ses tâches raturées, signifiant qu'il les a toutes effectuées et qu'il pourra profiter de sa fin de semaine pour s'amuser.

Savoir l'utiliser à l'école

Votre enfant reçoit son agenda au début de l'année scolaire. À ce moment, il est généralement appelé à :

- retranscrire son horaire à l'endroit prévu à cette fin
- écrire chacun de ses cours aux jours de classe (au moins deux mois à l'avance)
- inscrire ses activités parascolaires
- noter ses événements importants (entraînements sportifs, rendez-vous, anniversaires, etc.).

Ensuite, votre enfant doit prendre l'habitude de trimballer son agenda partout avec lui. Il peut ainsi y noter :

- ses devoirs et ses leçons à chaque cour
 - ses travaux à remettre, le jour de leur réception et les dates de remise
 - ses contrôles et ses examens, aux dates prévues par les enseignants
 - ses rendez-vous avec les professionnels de l'école
 - ses périodes de retenue et de récupération, s'il y a lieu
- toute autre activité de loisirs, familiale ou personnelle.

Source : <https://www.alloprofparents.ca/articles-d-experts/les-devoirs/enfant-bien-utiliser-agenda-scolaire/>

Visitez iavenir.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.iavenir.ca

ia.ca

iAvenir.ca

* Cabinet de services financiers

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.

INFO-AÎNÉS

Les proches aidants secondaires

En tant que proche aidant principal, vous êtes la personne au cœur du dispositif de soutien de votre proche. Il vous arrive peut-être de vous sentir seule lorsque vous en prenez soin. Bien souvent, les personnes proches aidantes ont du mal à demander de l'aide et à accepter d'en recevoir. Dans d'autres cas, le diagnostic de votre proche arrive si vite que vous n'avez pas le temps de considérer toutes les options.



Êtes-vous la seule personne disponible, en mesure de donner un coup de main? Il est important de parler de votre situation à votre famille et à vos amis pour qu'ils sachent quelle forme pourrait prendre leur contribution. Ils pourraient alors devenir des proches aidants secondaires.

Importants, mais méconnus

Le nombre de personnes qui gravitent autour de l'aîné pour permettre son maintien à domicile est souvent sous-estimé : intervenant(e)s communautaires, professionnel(le)s de la santé... et bien sûr les personnes proches aidantes, ainsi que celles qui les « secondent » !

Les membres de votre entourage (parents, enfants, ami(e)s, voisin(e)s...) sont des alliés précieux. Ils peuvent vous soutenir dans votre rôle de multiples façons, en vous apportant un support moral, en vous libérant de certaines tâches ou encore en prenant ponctuellement le relais auprès de la personne aidée. Ils sont alors qualifiés de personnes proches aidantes secondaires.

Pour vous comme pour elles, accompagner un proche est souvent une évidence. L'implication n'est pas mesurée et s'inscrit dans une logique familiale ou amicale. De ce fait, vous pouvez, tout comme elles, vous retrouver dans une situation de proche aidance sans y être réellement préparés.

Faire rimer confiance et tranquillité d'esprit

Le sentiment de culpabilité jalonne souvent le parcours du proche aidant. Vous vous êtes sans doute déjà senti dans cet état, même en confiant votre proche à des professionnels. Le proche aidant secondaire est une personne qui vous connaît et avec laquelle vous entretenez un lien de confiance naturel et réciproque, tout comme votre proche. Son soutien est précieux. Il vous permet de prendre une pause l'esprit plus tranquille et d'alléger la charge mentale que vous pourriez vous imposer.

La perspective d'un temps pour soi, malgré les obligations

La relation qu'entretient l'aidant principal avec la personne aidée, si elle est privilégiée, est aussi difficile parfois, compte tenu de la proximité. L'implication d'un aidant secondaire vous offre une pause, un répit dans votre rôle quotidien. Cette prise de recul est souvent salutaire. Elle vous laisse du temps pour gérer vos émotions, vous ressourcer et cheminer vers une acceptation de cette situation peu évidente.

Les membres de l'entourage des proches aidants n'ont pas toujours conscience de l'importance du soutien qu'ils peuvent apporter à l'aidant et de la différence que cela peut faire dans son quotidien.

N'hésitez pas à exprimer vos besoins à vos proches, famille et amis, et à solliciter leur soutien. Vous vous découvrirez peut-être des aidants secondaires.

Sources :

- La Ligue contre le cancer. *Les aidants, ces combattants très discrets.* (2015).
- MACIF - Avec les aidants. *Les aidants secondaires / Tierciser la relation.* (2018).

Source :

https://www.lappui.org/Conseils-pratiques/Le-role-de-proche-aidant/Les-proches-aidants-secondaires?utm_source=Cyberimpact&utm_medium=email&utm_campaign=L39Appuilette--Septembre-2019

 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

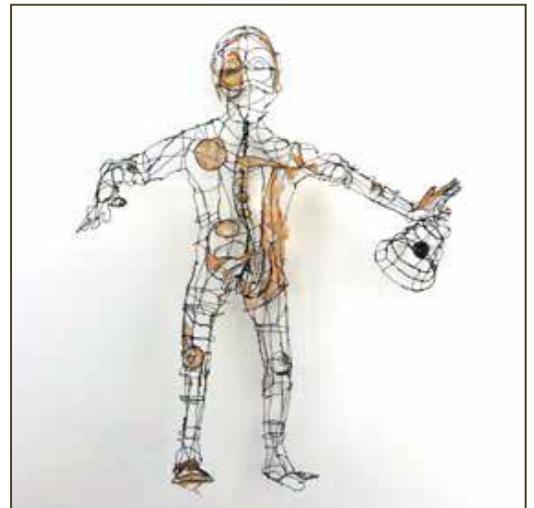
INFO-CULTURE

Les mots des cloches silencieuses

[sculpture-installation]

Sylvie Tisserand

«Une cloche en fil de fer ne sonne pas, elle sonne les “non-dits”». La pratique sculpturale de Sylvie Tisserand s’avère plutôt un art du façonnage et son médium principal est le fil de fer. Elle modèle librement, dessine en fil de fer, tisse des liens, des traces humaines témoignant à la fois de cette dualité entre la présence physique de l’autre et l’espace vide construit par la sculpture même. Cette exposition propose une réflexion sur le sens et l’essence même de la vie, questionnement récurrent dans le parcours de l’artiste. Avec les mots des cloches silencieuses, les «non-dits» sont murmurés, ébauchés, sélectionnés et fractionnés pour se situer dans les espaces-temps de la vie.



Cette exposition sera présentée du 15 novembre 2019 au 5 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

Risques graves d'incendie et de brûlure associés à des contenants de **combustible versable à base d'alcool** et à certains **pots à feu** qui utilisent des combustibles versables

Santé Canada met en garde les consommateurs des risques graves d'incendie et de brûlure associés aux **jets de flamme** qui peuvent résulter de l'utilisation de certains contenants de combustible versable à base d'alcool et de certains pots à feu qui utilisent ces combustibles.

Les pots à feu (aussi appelés brûleurs, foyers portables, brûleurs extérieurs, lampes à feu ou foyers de table) sont des accessoires d'éclairage décoratifs portables, pour une utilisation à l'intérieur et/ou à l'extérieur, qui soutiennent la combustion à flamme nue. Ils sont généralement faits de céramique ou d'un autre matériau résistant à la chaleur, ont un réservoir de combustible ouvert qui contient le combustible à base d'alcool, et peuvent aussi inclure un éteignoir pour éteindre la flamme.



D'après les rapports d'incident reçus par Santé Canada, **un jet de flamme peut se produire lors du remplissage en combustible d'un pot à feu allumé, ce qui peut causer des brûlures, allant de légères à mortelles.** Un jet de flamme est inattendu et se produit en une fraction de seconde, de sorte que l'utilisateur et/ou les personnes à proximité sont incapables de réagir assez rapidement pour s'éloigner du jet de flamme arrivant dans leur direction. Les jets de flammes font souvent plusieurs victimes et, au Canada, ils ont causé des décès et des blessures très graves.

Pour savoir ce que vous devriez faire, ou pour de plus amples renseignements, consultez <http://canadiensensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/hc-sc/2019/71249a-fra.php>

Personne ressource : Maganga Lumbu
Directrice régionale intérimaire, Direction des communications et des affaires publiques
Santé Canada / Agence de la santé publique du Canada - région du Québec
Tél. : (514) 496-4663

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

INFO-SÉCURITÉ

LES RISQUES D'INCENDIES DE FORÊT DEMEURENT PRÉSENTS DURANT L'AUTOMNE

LE BRÛLAGE DE FEUILLES MORTES C'EST NON!

Les feuilles mortes qui tombent déjà pourraient faciliter la perte de contrôle des incendies cet automne!

Chaque automne, les pompiers municipaux et la SOPFEU interviennent en moyenne **sur 3 incendies dans notre région (21 incendies au Québec)**.

Le vent a facilement de l'emprise sur les feuilles mortes. En plus de les assécher, il les fait voyager d'un endroit à un autre.

Situation qui, lors d'un brûlage, **pourrait entraîner des dommages**, oui à la forêt, mais aussi à des résidences ou à d'autres biens. C'est pourquoi la SOPFEU recommande à la population **d'éviter le brûlage** et d'opter pour des solutions écologiques comme le compost, la tonte des feuilles mortes ou encore la cueillette des résidus verts.

Cet automne, **aidez-nous à réduire les risques** que des incendies soient allumés à proximité de vos municipalités en diffusant le pictogramme de la SOPFEU auprès de vos citoyens et sur vos médias sociaux.



BILAN DE LA SAISON 2019

UNE SAISON MOINS ACTIVE QUE LA MOYENNE

La saison de protection 2019 a été moins active que la moyenne des dix dernières années.

En date du 16 octobre, le Québec a été affecté par 317 incendies majoritairement causés par l'humain. Les dommages s'élèvent à 5 778 hectares de forêt. La moyenne étant de 451 incendies pour 36 923.9 hectares.

Source : SOPFEU

La publicité est divisée en deux sections. La section de gauche présente le logo 'Soudure et Mécanique ind PERRIER' sur un fond gris avec des motifs géométriques. La section de droite, sur un fond bleu foncé avec une image d'explosion, contient les coordonnées de Mario Perrier, propriétaire, à 415 route 111, Saint-Marc-de-figuery, Québec, JOY 1J0, avec le numéro de téléphone 819.444.6812. Elle mentionne également les services de soudure mobile et de mécanique industrielle pour les secteurs industriel, minier, commercial et résidentiel, avec l'adresse e-mail perrier.m@hotmail.com.



VOUS ÊTES LE PREMIER RESPONSABLE DE VOTRE SÉCURITÉ!

Plan familial d'urgence

Un plan familial d'urgence est très utile en cas de danger. Prenez quelques minutes pour préparer le vôtre. C'est si simple!



- Ayez chez vous en tout temps une [trousse d'urgence](#) qui contient les articles essentiels pour subvenir aux besoins de première nécessité de votre famille pendant les 3 premiers jours d'une situation d'urgence.
- **Dressez une liste de coordonnées des personnes à joindre en cas d'urgence** – membres de votre famille, garderie, école, municipalité, etc.
- Faites le [plan d'évacuation de votre maison](#). Consultez : <https://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-incendie/prevenir-incendie/conseils-prevention/plan-evacuation-domicile.html>
- À la maison, sachez comment couper l'eau, l'électricité et le gaz, s'il y a lieu.
- En cas d'urgence, évitez de prendre l'ascenseur.
- **Planifiez un itinéraire pour quitter votre quartier.** Prévoyez un autre chemin au cas où des routes seraient impraticables. Pour votre sécurité, n'oubliez pas de signaler aux responsables des mesures d'urgence de votre municipalité que vous avez quitté votre domicile et l'endroit où vous logez.
- **Dressez un inventaire de vos biens, avec preuves d'achat, photos ou bandes vidéo.** Conservez ces documents et une copie de vos polices d'assurance habitation et automobile à l'extérieur de votre domicile en lieu sûr, au bureau par exemple.

Au fait, êtes-vous assuré?

La majorité des contrats d'assurance habitation couvre les dommages causés par des catastrophes naturelles comme la grêle, la foudre, les tempêtes de vent ou les tornades. Vous pouvez même vous procurer une protection contre les tremblements de terre!

Source : <https://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres/plan-familial-1.html>



**Raymond Chabot
Grant Thornton**

L'instinct de la croissance^{INC}

**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

RECETTES DU MOIS

Vinaigrette à la moutarde

- 1 c. à café de moutarde forte de Dijon
- 3 c. à soupe de vinaigre
- 5 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 pincées de sel
- 6 tours de moulin à poivre



Vinaigrette au miel

- 2 c. à café de moutarde
- 2 c. à café de miel liquide
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique
- huile d'olive
- sel, poivre



Préparation :

ÉTAPE 1

Dans un bol, commencez par verser le vinaigre. Ajoutez-y le sel et la moutarde forte, et mélangez bien à l'aide d'une fourchette ou d'un petit fouet à vinaigrette. Ajoutez ensuite l'huile progressivement tout en mélangeant. Lorsque le mélange est bien homogène, finissez par ajouter le poivre.

ÉTAPE 2

Votre vinaigrette est maintenant prête pour assaisonner une bonne salade verte, des carottes râpées, une salade de tomates, une salade d'endives... toutes sortes de crudités. Elle peut aussi accompagner avec brio des avocats coupés en 2 dans lesquels vous viendrez déposer une cuillère à soupe de cette vinaigrette à la moutarde...

- Nombre de personnes : 6 personnes
- Temps de préparation : 5 minutes

Préparation :

ÉTAPE 1

Dans un bol, mélangez la moutarde et le miel liquide jusqu'à obtention d'une préparation homogène.

ÉTAPE 2

Ajoutez le vinaigre balsamique, mélangez. Incorporez progressivement de l'huile d'olive tout en fouettant comme pour une mayonnaise.

ÉTAPE 3

Salez et poivrez généreusement. Mélangez bien et servez.

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

Source : <https://www.cuisineaz.com>

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



Sylvie Rouillard
Propriétaire

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

CONSEILS PROJETS DE CONSTRUCTION

NOTRE SÉLECTION DE PRODUITS COMPREND, SANS TOUTEFOIS S'Y LIMITER, LES MEUBLES SUR MESURE SUIVANTS :

Armoires (voir les sections Armoires de cuisine et Armoires de salle de bain) Meubles pour le bureau (voir la section Ameublement de bureau) Bibliothèques Meubles de télévision Ensembles de chambres à coucher Etc.

MATÉRIAUX

Nos meubles sur mesure peuvent être fabriqués à l'aide de divers matériaux, du bois massif au bois plaqué à la mélamine au stratifié. Nous travaillons avec plusieurs essences de bois, dont le merisier, l'érable, le chêne, le frêne, le pin rustique, le cerisier et le noyer. En ce qui a trait aux matériaux transformés (mélamine, stratifié, MDF, polyester, thermoplastique, autres polymères), ceux-ci sont disponibles dans divers finis modernes et résistants et vont même jusqu'à imiter les matériaux nobles comme le bois. L'Ébénisterie R. N. inc. fait également l'installation de comptoirs de tous genres (prémoulés, en acier inoxydable, en marbre, en granite, stratifiés, résistants à l'acide Chemtop, etc.), ainsi que la préparation des comptoirs en céramique.

ACCESSOIRES

En plus de vous offrir le choix parmi une grande variété de matériaux pour la conception de meubles sur mesure, nous vous offrons la possibilité de choisir parmi une quantité innombrable d'accessoires et de pièces de quincaillerie décorative pour agrémenter vos meubles. Armoires (voir les sections Armoires de cuisine et Armoires de salle de bain) Meubles pour le bureau (voir la section Ameublement de bureau) Bibliothèques Meubles de télévision Ensembles de chambres à coucher Meubles de télévision Ensembles de chambres à coucher, etc.

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>



EBENISTERIE
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

CHRONIQUE MÉTÉO



Au moment d'écrire ces lignes (le 10 octobre) on peut dire que nous avons eu une assez belle température!

Pour le reste d'octobre et novembre, on prévoit des températures un peu au-dessus des normales qui ont été au cours des 2 dernières années de -1,9 degré le jour et de -10,5 la nuit (en novembre)!



Pour ce qui est des précipitations, elles devraient être tout juste dans les normales qui ont été de 65 mm de neige et de 17 mm de pluie pour les 2 derniers de novembre!

Pour terminer, nous entendons souvent parler de basse et de haute pression atmosphérique lorsque nous écoutons les prévisions météorologiques à la radio ou à la télévision... mais qu'est-ce que ça veut dire?

Et bien la pression atmosphérique est un indicateur très important en météorologie : on la mesure avec un baromètre.

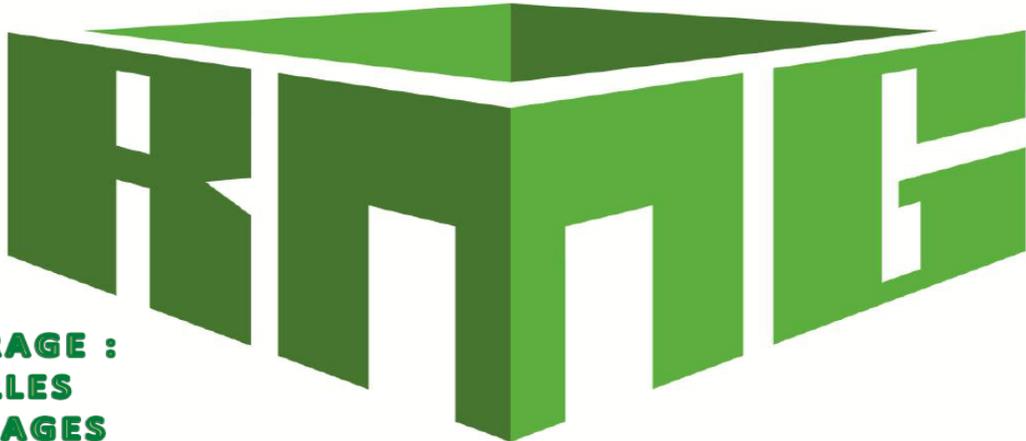
À l'altitude 0, au niveau moyen de la mer, la pression atmosphérique est en moyenne de 1 013 hPa (hectopascals), soit un poids d'à peu près un kilogramme pour chaque carré de 1 centimètre!

Selon le temps, les météorologues parlent de basses ou de hautes pressions. Cette donnée ajoutée à d'autres (vent, humidité de l'air...) sert à prévoir le temps. En gros, une basse pression apporte du mauvais temps et une haute pression indique qu'il fera beau! VIVE LES HAUTES PRESSIONS!

Serge Larouche
Chroniqueur

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL

FONDATIONS



COFFRAGE :

- **DALLES**
- **SOLAGES**
- **TROTTOIRS**
- **BORDURES, ETC.**

LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT

TÉL. : 819 727-1157

COURRIEL : info@fondationsrmg.com

SECTION DES NOUVELLES

UNE ENTREPRISE DE CHEZ NOUS HONORÉE!



**ORDRE NATIONAL
DU MÉRITE AGRICOLE**

La Miellerie de la Grande Ourse s'est distinguée au 130^e gala de remise des prix de l'Ordre national du mérite agricole de l'Abitibi-Témiscamingue-Nord-du-Québec qui s'est tenu le vendredi 18 octobre 2019 à Rouyn-Noranda.

L'Ordre national du mérite agricole a pour objectif d'encourager les producteurs agricoles et de reconnaître l'excellence en agriculture.

BRAVO!

La **Miellerie de la Grande Ourse de Saint-Marc-de-Figuery** termine 3^e en région dans le bronze en plus d'obtenir la **Mention spéciale de l'agrotourisme**.

Félicitations à tous les membres de l'équipe de cette entreprise Saint-Maroise!

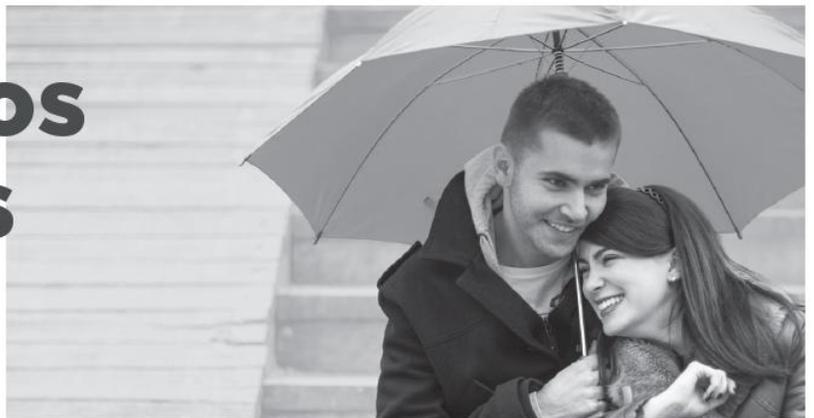
Protégez vos placements

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

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

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

* Cabinet de services financiers



Steve Labbé

Conseiller en sécurité financière
Conseiller en assurance et rentes collectives
Responsable en gestion de patrimoine

Services Financiers Steve Labbé Inc.

2, 10^e Avenue Est
Amos (Québec) J9T 1H7
819 732-1596, 232
C. : 819 442-0075
1 800 567-1596, 232
F. : 1 888 781-7415
steve.labbé@agc.ia.ca
ia.ca

ON S'INVESTIT, POUR VOUS

**SECTION DES NOUVELLES
INVITATION**



***SOUPER BIÈRES et SAUCISSES
SOUPER- SOIRÉE DANSANTE***



ANIMÉ PAR LES FRÈRES MOREAU

2 NOVEMBRE 2019

**Salle Mgr Duchemin
Saint-Marc-de-Figuery**

Accueil: 17 h 30

Coût : 30 \$/personne



*Ceci comprend les dégustations de bières
de la Brasserie artisanale Le Trèfle Noir de
Rouyn-Noranda au cours du repas et de variétés de
saucisses qui proviennent du Grenier des Saveurs de Val-d'Or, les
accompagnements seront confectionnés par des gens d'ici. Le repas 5
services se terminera par un dessert surprise.*



Suggestions : Invitez vos amis (tables de 12 personnes).

Réservez votre table en appelant au 819-732-8601

Points de vente : C.D. Boutin
Maison du citoyen



Seulement 120 places de disponibles



SECTION DES NOUVELLES

Gala amateur 2019 Star d'un soir



Je voulais vous dire un grand merci pour votre enthousiasme et votre générosité d'avoir participé à cette soirée amateur qui grâce à vous a été un franc succès.



25 personnes, de tous les âges, se sont produites sur scène, il y en a, pour la plupart, c'était leur première fois devant un public et ils nous ont fourni un spectacle de choix.

Nous avons dans notre village et notre entourage beaucoup de talents qui je crois doivent être connus et encouragés.



Lors de cette soirée, nous avons vu et entendu du chant de la danse et de la belle musique.



Merci à madame Monique Cossette et sa fille Ghislaine pour leur démonstration de danse en ligne avec leur groupe de danse.



Merci à Cédric Thibaut pour ces beaux morceaux d'accordéon.



Merci à Amélie Breton, Élisabeth Breton et Noel Breton pour leurs chants.



Merci à Vicky Bedard et Clara Letendre pour leur performance de danse de cirque.



Merci à Marie-Andrée Marcotte, Mathieu Breton, Geneviève Lessard, Megan Thibault, Léane Cloutier, Isaac Lantagne, Emmy Cloutier, Geneviève Breton, Jocelyn Lantagne, merci à Mylène Gingras et Vanessa Falardeau Gingras, merci à mon mari Raymond Breton et notre maire Daniel Rose.



Merci à monsieur Rejean Rouillard pour son aide au décor. À monsieur Alain Corriveau à la photo, merci à Nancy Harvey et ma nièce Emma Lantagne à l'accueil, merci à Louissette Thériault et Johanne Morin pour le service au bar. Merci à Rejean Rose pour le son, et merci à Vincent Gaivin pour le système et l'installation du son.



Et à vous tous qui êtes venus assister à ce gala, merci du fond du cœur.

Et on se dit à l'an prochain.



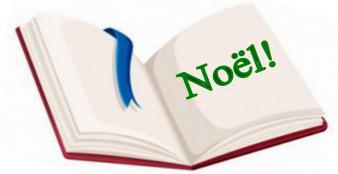
Johanne Sabourin





SECTION DES NOUVELLES

j p b m y v e l h d e i m t p



CONCOURS LITTÉRAIRE CONTE DE NOËL

Les jeunes de 5 à 15 ans sont invités à participer au Concours littéraire - Conte de Noël.

Parmi tous les contes reçus, un tirage de 5 prix de participation sera exécuté. Les contes seront publiés dans le journal L'Éveil Campagnard de Saint-Marc-de-Figuery du le 25 novembre 2019.

Un seul conte par personne sera accepté.

Le conte doit être expédié par courriel ou par la poste au plus tard le 18 novembre 2019 à 16 h.

Adresse postale : Administration municipale
Concours littéraire - Conte de Noël
162, chemin des Prés, C.P. 12
Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

Adresse courriel : mun.stmarc@cableamos.com
Pour des informations, appelez au 819-732-8501



Célébrations des fêtes autour du MONDE



Le samedi 23 Novembre 2019
14 h @ 22h

Places limitées

Salle du Club de curling d'Amos (182, 10e Avenue Est, Amos)
Coût d'entrée : contribution volontaire

- Activités pour la famille
- Repas partage*
- * Apportez des mets traditionnels des fêtes et vos ustensiles réutilisables.
- Animation par DJ 0-droll jusqu'à 22h
- Autres surprises

Comité d'accueil des
nouveaux arrivants



Inscription obligatoire avant le 15 novembre
Maison de la famille d'Amos
819 727-2054
192, 2e Avenue Ouest, Amos



Avec la participation financière de :



**Découpe à forfait
Vente de boeuf**

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

**Simon Cloutier
Chantal Rose**

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

SECTION DES NOUVELLES



VOUS DÉSIREZ VISUALISER LES PHOTOS DES 21 ÉDITIONS DES FESTIVITÉS CHAMPÊTRES DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY?



LES PHOTOS SONT ACCESSIBLES SUR LE SITE INTERNET DE LA MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY, VOICI LE LIEN :

[HTTP://SAINT-MARC-DE-FIGUERY.ORG/PAGE/1020697](http://saint-marc-de-figuery.org/page/1020697)

DE PLUS VOUS POUVEZ CONSULTER LA VERSION PDF DES LIVRES SOUVENIRS 2018 ET 2019.

MUNICIPAL ▾ SERVICES ▾ COMITÉS ▾ ÉVÈNEMENTS ET ACTIVITÉS ▾ TOURISME ▾ PROJET CENTRE RÉCRÉATIF DOMINIC-BOUTIN



Municipalité Saint-Marc-de-Figuery
Ensemble pour construire l'avenir...

Festivités champêtres



IMAGES DES ÉDITIONS 1999 À 2019

CLIQUEZ ICI POUR DÉMARRER LA PRÉSENTATION DES PHOTOS DE 1999 À 2009

CLIQUEZ ICI POUR DÉMARRER LA PRÉSENTATION DES PHOTOS DE 2010 À 2015

CLIQUEZ ICI POUR DÉMARRER LA PRÉSENTATION DES PHOTOS DE 2016 À 2018

CLIQUEZ ICI POUR DÉMARRER LA PRÉSENTATION DES PHOTOS DE 2019

12 septembre 2020



Festivités de fin d'été qui permettent à tous de s'amuser par l'intermédiaire de concours, compétitions et jeux, le tout dans une ambiance champêtre. Venez découvrir les trésors cachés de cette localité en dégustant un souper à saveur locale.

Lieu de l'événement: Infrastructure sportive

10, avenue Michaud

Saint-Marc-de-Figuery

Accédez au livre souvenir 2019 en cliquant ici

Accédez au livre souvenir 2018 en cliquant ici

Pour informations: 819-732-8601 ou mun.stmarc@cablename.com

Vous désirez prendre connaissance des événements de la MRC Abitibi consultez: <http://ville.amos.qc.ca/visiter>



PHOTOS!



SECTION DES COMMUNIQUÉS



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

Brunch bingo-dindes



Salle Mgr Duchemin
à Saint-Marc-de-Figuery

Dimanche le 24 novembre 2019

Messe à 9 h 30



Brunch à 11 h 00

Prix pour le brunch 13 ans et plus: 12,00 \$
6 à 12 ans: 6,00 \$
0 à 5 ans: gratuit



Bingo-dindes à 13 h 00

L'ensemble (Kit = 15 parties) à 15,00 \$ est obligatoire pour jouer au bingo. Nous utilisons des cartes jetables, S.V.P. apportez vos marqueurs.

Ce brunch bingo-dindes est un moyen de financement pour l'administration de notre église paroissiale. Merci à tous les gens qui s'impliquent dans notre communauté.

Merci à tous nos commanditaires

Fabrique de la paroisse de Saint-Marc-de-Figuery
Les marguilliers

BESOIN D'UN PUITS ARTÉSIEN pour votre résidence?

**NOUS SOMMES
LA RÉFÉRENCE!**

Puitbec GROUPE

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



PARTOUT
EN
RÉGION

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

**L'EXPERTISE
DU FORAGE**
ADAPTÉE À VOS PROJETS

SECTION DES COMMUNIQUÉS

LA GRIPPE POURRAIT VOUS FRAGILISER.



FAITES-VOUS VACCINER SI :

- **VOUS VIVEZ AVEC UNE MALADIE CHRONIQUE (DIABÈTE, ASTHME, MALADIE DU COEUR, DES POUMONS OU DES REINS, ETC.)**
- **VOUS ÊTES ÂGÉ DE 75 ANS ET PLUS**



1. Sélectionnez Vaccin grippe saisonnière.
2. Inscrivez votre code postal.
3. Choisissez parmi les dates et les heures offertes près de chez voi

SAINT-MARC-DE-FIGUERY 6 NOVEMBRE 2019

Vous rencontrez un problème ou n'avez pas accès à Internet ?
Composez sans frais le 1 844 616-2016 (du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h).

Le vaccin est aussi recommandé et offert gratuitement à d'autres groupes cibles.
Plus d'informations au Quebec.ca/vaccingrippe

La vaccination,
la meilleure protection

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

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

DÉLICES DE TANYA (LES JARDINS KOJA)

- ✓ Gâteau aux fruits : 17\$ chacun ou 2/ 30\$
- ✓ Cherry blossoms : 10\$ /12
- ✓ Reese (petits) : 10\$ /12
- ✓ Rosettes : 10\$/6
- ✓ Galettes à la mélasse : 14\$ /24
- ✓ Galettes beurre d'arachides : 14\$ /24
- ✓ Truffes sans alcool : 24\$ / environ 30
- ✓ Carré Corn Flakes : 15\$/ moule de 8x8 pouces
- ✓ Carré aux dattes : 17\$ / moule de 8x8 pouce
- ✓ Brownies : 15\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Tarte au sucre ou pommes : 12\$ / 9 pouces
- ✓ Muffins fraises : 15\$ /12
- ✓ Boules beurre d'arachides : 10\$ / 20
- ✓ Muffins bleuets : 16\$ / 12
- ✓ Muffins bleuets et citron : 18\$ /12
- ✓ Fudge : 15\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Galettes beurre arachides et avoine : 14\$ / 24
- ✓ Biscuits arc-en-ciel : 16\$ /24
- ✓ Gâteau Reine-Élisabeth : 12\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ «Œufs Cadbury» (petits moules) : 12\$ / 12
- ✓ Pouding chômeur : 14\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Biscuits pépites choco. et pouding vanille : 16\$ / 24
- ✓ Croustade aux pommes : 14\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Pain bananes : 12\$ /sans noix ... 14\$ /avec noix
- ✓ Nanaïmo : 18\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Pâté à la viande : 15\$ /pâté 9 pouces
- ✓ Pâté mexicainou poulet: 18\$ /pâté 9 pouces
- ✓ AUTRES !!!!!!!



Tanya Carrier
(St-Marc)

Livraison à Amos, Val d'Or et Malartic au
besoin (Rouyn au mois de nov. et déc.)

819-444-8110

Facebook : Les jardins Koja



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

SECTION DES COMMUNIQUÉS



NOËL AU TERROIR

Venez rencontrer nos artisans locaux tout en faisant vos cadeaux et provisions pour les Fêtes.

★ **16 NOVEMBRE 2019**
10 H À 17 H
CENTRE COMMUNAUTAIRE
DE LA MOTTE ★

★ **BRUNCH**
DE 10 H À 13 H
0-5 ANS : GRATUIT
6-11 ANS : 6\$
ADULTE (12 ANS ET PLUS) : 12\$



[facebook.com/municipalitedelamotte](https://www.facebook.com/municipalitedelamotte)
Info : municipalitedelamotte.ca
Telephone : 819 732-2878



Bingo des fêtes

Samedi, 7 déc. à 19h30



Au s.sol de l'église de La Corne

Adulte 15\$, enfant 6\$

Bienvenue
aux petits et grands
aux profits de la fabrique



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

www.optilog.com/sheehy



Excavation Gilbert Sheehy inc.

RBQ : 8352-2847-09

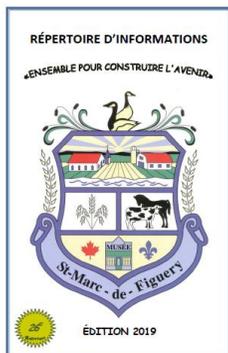
Fosse septique ■ Aqueduc ■ Égout ■ Champs d'épuration
Creusage de tout genre
Travaux miniers ■ Fardier ■ Location de machinerie lourde

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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

MISE À JOUR DU RÉPERTOIRE D'INFORMATIONS

Vous avez un service à offrir et/ou des produits à vendre, vous désirez les faire connaître auprès de la population et autre organisme, voici un moyen : inscrivez-vous dans le répertoire d'informations de Saint-Marc-de-Figuery.



Il est distribué dans toutes les résidences et entreprises de la municipalité, aux organismes locaux, aux municipalités et aux organismes d'aides de la région de l'Harricana ainsi qu'aux visiteurs de passage qui veulent plus d'information sur notre municipalité. De plus, les données de ce répertoire sont disponibles sur le site internet de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery voici le lien : <http://saint-marc-de-figuery.org/page/1020655>

Nous invitons tous les intéressés à compléter le formulaire de transmission d'informations ci-dessous. Ceci s'adresse tant aux entreprises qu'aux particuliers qui veulent offrir des services de tous genres et cet outil de promotion est un service qui vous est offert gratuitement.

S'il vous plaît, compléter et retourner votre formulaire au plus tard **le 29 novembre 2019** :

Par la poste : Maison du Citoyen du 10, avenue Michaud,
Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

Par courriel : jojobilod@yahoo.fr

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter Jocelyne Bilodeau au 819-732-8601.



FORMULAIRE DE TRANSMISSION D'INFORMATIONS

Raison sociale : _____

Nom, Prénom : _____

(du propriétaire)

Adresse : _____

No. de téléphone : _____ No. de télécopieur : _____

Type et/ou description des activités :

SECTION DES COMMUNIQUÉS

L'HEURE DU CONTE DE NOËL



Mercredi le 11 décembre 2019, accompagné d'un adulte, tous les enfants de 11 ans et moins sont conviés à assister à une activité inoubliable à l'occasion de la fête de Noël.

On vous attend en grand nombre à la bibliothèque de Saint-Marc-de-Figuery à compter de 19h00.

C'EST DANS UNE AMBIANCE ET SOUS LA THÉMATIQUE DE LA FÊTE DE NOËL QU'UNE ANIMATION SPÉCIALE SERA PRÉSENTÉE. DE PLUS VOUS AUREZ LA SURPRISE D'INVITÉS SPÉCIAUX QUI VIENDRONT VOUS RENCONTRER.



NOUS VOUS INVITONS, SI C'EST POSSIBLE DE PORTER UN VÊTEMENT, EN PARTIE OU EN TOTALITÉ, DE COULEUR ROUGE

Afin de prévoir de petites friandises et de **demander au Père Noël une surprise pour chacun de vous**, il est nécessaire de confirmer votre présence **avant le 5 décembre 2019 et joindre une contribution financière de 5,00 \$ par enfant**. Compléter le coupon ci-dessous et le déposer ou l'expédier par la poste avec la mention «l'Heure du Conte» au : 10, avenue Michaud, C.P. 12, Saint-Marc-de-Figuery (QC) J0Y 1J0.

Pour plus d'informations,

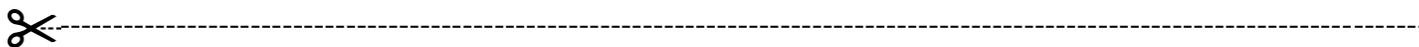
Contactez Jocelyne Bilodeau au 732-8601.

Merci et à bientôt les amis !



DÉCOUPE ET COMPLÈTE LE COUPON,

LES LUTINS DU PÈRE NOËL L'ATTENDE IMPATIEMMENT.



Nom : _____

Prénom : _____

Âge : _____

Numéro de téléphone : _____

Nom de l'un des parents : _____

***N'oubliez pas
la contribution
financière de
5,00 \$***

SECTION DES COMMUNIQUÉS

HORAIRE – NOVEMBRE 2019

LOCAL DE SANTÉ

SAINT-MARC-DE-FIGUERY

Infirmière : Guylaine Bisson

🕒 **mercredi 6 novembre:**

- Vaccination antigrippale en après-midi

🕒 **jeudi 7 novembre:**

- Prise de sang (8 h 30 à 9 h 30)
- Consultation au local de santé (9 h 30 à 11 h)
- Présence à l'école en après-midi

🕒 **jeudi 21 novembre:**

- Vaccination enfant en 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^{ième} ÉTAGE

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

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

🕒 **lundi 4 novembre:** Landrienne
🕒 **mardi 26 novembre:** La Corne



*Près de chez vous
Avec vous !*

ÉCONOMISEZ 50%
sur vos frais de déplacement*

Une carte de membre sera nécessaire.

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



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

VOICI LES POINTS DE VENTE DES CARNETS

À SAINT-MARC-DE-FIGUERY :

DÉPANNEUR C.D. BOUTIN

819-732-4030

ET

À LA MAISON DU CITOYEN

819-732-8601



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

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

Domaine Opasatica

Centre de villégiature

(819) 763-8161

www.opasatica.com

info@opasatica.com



PME INTER Notaires ABITIBI inc.

Notaires & conseillers juridiques

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



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 douze (12) notaires à votre service



RENONCIATION À UNE SUCCESSION

Saviez-vous que, sauf exception, vous disposez d'un délai de six (6) mois à partir de la connaissance de votre statut d'héritier pour renoncer par écrit à une succession insolvable afin d'éviter d'être tenus responsables des dettes de la personne décédée?

La loi n'oblige personne à accepter la succession qui lui est dévolue.

Avant de renoncer à toute succession, il est important de consulter un notaire de PME INTER Notaires



ÉQUIPEMENT AMOS LTD

SINCE 1961

Camions - INTERNATIONAL - Pièces

819 732-3331

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



René Trudel
Président

741, Avenue du Parc,
Amos, QC J9T 4M1
Fax : **819 732-1669**

FABRINORD
LTÉE

Fabricant de remorque
Trailer manufacturer

René Trudel
président



CAT



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



Novembre 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<p>28 <i>Sortie du journal</i></p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>29</p> <p>SÉANCE D'INFORMATIONS BAC BRUN MAISON DU CITOYEN 19 H</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>30 </p> <p>MAISON DU CITOYEN: Biblio, l'Heure du Conte 19 h, SPÉCIAL HALLOWEEN Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>31 </p> <p>FÊTE DE L'HALLOWEEN DANS LES RANGS ET RUES DE LA MUNICIPALITÉ</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>1</p> <p>Bureau municipal fermé</p>	<p>2</p> <p>SOUPER-SPECTACLE REPAS BIÈRES ET SAUCISSES</p> <p>17 H 30 Salle Mgr Duchemin</p> <p> Changement d'heure ►</p>	<p>3 </p> <p>Messe 9 h 30</p>
<p>4</p> <p>Réunion publique du Conseil municipal, 19 h 30</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>5</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>6 </p> <p>Services du CLSC : au 10 avenue Michaud: Vaccination antigrippale en p.m.</p> <p>Maison du Citoyen: Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h</p>	<p>7</p> <p>Services du CLSC : au 10 avenue Michaud: Prise de sang : 8 h 30 à 9 h 30 Consultation : 9 h 30 à 11 h Présence à l'école en p.m.</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>8</p> <p>Bureau municipal fermé</p>	<p>9</p>	<p>10 </p> <p>Messe 9 h 30</p>
<p>11</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>12</p> <p>Dîner mensuel Club de l'Âge d'Or</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>13 </p> <p>Maison du Citoyen Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h</p>	<p>14</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>15</p> <p>Bureau municipal fermé</p>	<p>16</p>	<p>17 </p> <p>Messe 9 h 30</p>
<p>18</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>19</p> <p>Tombée des textes journal</p> <p>Réunion du Conseil de Fabrique, 19h</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>20 </p> <p>MAISON DU CITOYEN: SÉANCE D'INFORMATIONS BAC BRUN 19 H Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h</p>	<p>21</p> <p>Services du CLSC : au 10 avenue Michaud : Vaccination enfant en p.m.</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>22</p> <p>Bureau municipal fermé</p>	<p>23</p>	<p>24 </p> <p>Messe 9 h 30</p> <p>BRUNCH 11 h BINGO-DINDES 13 h</p>
<p>25 <i>Sortie du journal</i></p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>26</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>27 </p> <p>MAISON DU CITOYEN: Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h</p>	<p>28</p> <p>Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h</p>	<p>29</p> <p>Bureau municipal fermé</p>	<p>30</p>	<p>Événement à venir :</p> <p>12 déc. 2019 : Bibliothèque L'Heure du Conte, 19 h, SPÉCIAL NOËL</p>

SECTION DES COMMUNIQUÉS

ESTHÉTIQUE

NANCY HARVEY

MAÎTRE ESTHÉTICIENNE

SUR RENDEZ-VOUS

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

☎ 819 727-1960

n.harvey@cableamos.com

📍 EsthetiqueNancyHarvey

diaderme.ca

BOUTIQUE EN LIGNE : www.diaderme.ca

SOINS HAUT DE GAMME POUR LA SANTÉ DE VOTRE PEAU.

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

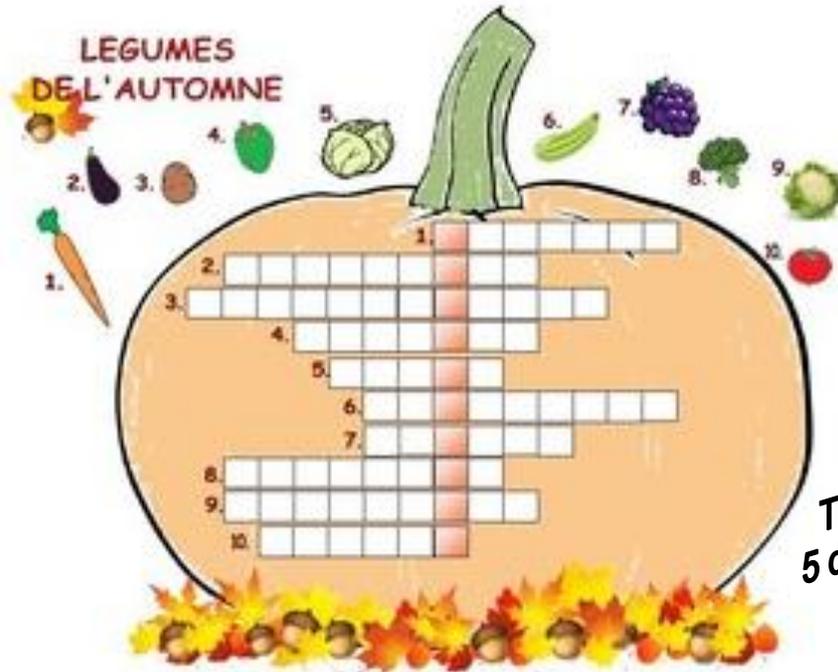




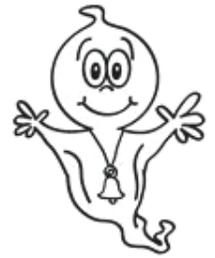
PAUSE CAFÉ

				7	5		
7			1				4
5					2		
		1	3	9			8
3			7	8	6		4
8				4	1	7	
		8					9
	5				3		1
		4	6				

LEGUMES DE L'AUTOMNE



Trouve les
5 différences



LOCATION LAUZON AMOS

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



beachcomber
HOT TUBS



Cub Cadet



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

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

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

Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

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

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

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

Les personnes ressources sont :

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

Jocelyne Bilodeau, coordonnatrice
819-732-8601

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

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

Courriel: mun.stmarc@cableamos.com

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

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

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 renforcement d'appartenance de la MRC d'Abitibi et de ses partenaires.



THIBAUT

AMOS



- Expert en 2^e et 3^e chance au crédit
- Vaste inventaire de véhicule d'occasion
- Membre de la Corporation des concessionnaires d'automobiles du Québec
- Atelier de mécanique
- Alignement
- Atelier de carrosserie CarXpert



Jeep

DODGE

331, rue Principale Sud

Amos (Québec)

Téléphone :

Télocopieur :

Adresse électronique:

Site Internet :

J9T 2J8

819-732-5247

819-732-5268

thibault@cableamos.com

www.thibaultchrysler.com



Mario Collin, concessionnaire en titre



La Grande Ourse

Miellerie

BOUTIQUE À LA FERME

PANIERS BIOS LÉGUMES

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

OUVERT SUR SEMAINE

LUNDI AU
VENDREDI

8H À 17H

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