

# SAINT-MARC-DE-FIGUERY

«Ensemble pour construire l'avenir»



# L'ÉVEIL CAMPAGNARD



LE 12 DÉCEMBRE PROCHAIN

PETITS ET GRANDS SONT INVITÉS

À L'HEURE DU CONTE DE NOËL



Volume 18, numéro 11, 26 novembre 2018

D'amour  
et d'eau pure!



**Engagement,  
participation,  
implication,  
encore et  
toujours  
au coeur  
du quotidien  
Saint-Marcois!**





51, 10<sup>e</sup> Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1W9

Téléphone : 819-732-5995

Télécopieur : 819-732-1949

[www.hyundaiamos.com](http://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 2018 SUR PLACE !***

Santa Fe



Tucson



Sonata



## **TABLE DES MATIÈRES**

Auteurs des photos de la page couverture: Jocelyne Bilodeau, Jocelyn Bérubé et service de communication Agnico Eagle

Table des matières & Pensées du mois.....	3
Section paroissiale.....	4 à 7
Section municipale/Info-citoyen/Info-budget .....	8 à 10
Info-agente de développement.....	11
Info-recyclage.....	12
Info-environnement.....	13
Info-biblio.....	14
Info-pompier.....	15
Info-santé.....	16
Info-jeunesse.....	17
Info-scolaire.....	18
Info-parents.....	19
Info-aînés.....	20
Info-culture.....	21
Info-sécurité.....	22
Recette du mois.....	23
Conseil projets construction.....	24
La chronique des mielleux.....	25
Section des nouvelles.....	26 à 36
Section des communiqués.....	37 à 48
Contact avec l'état.....	49
Calendrier détachable.....	51
Pause café.....	53

### **PENSÉES DU MOIS**

La vie est pleine de beauté. Remarquez-le. Remarquez le bourdon, le petit enfant et les visages souriants. Sentez l'odeur de la pluie et sentez le vent. Vivez votre vie à votre plein potentiel et persévérez dans vos rêves.

Ashley Smith

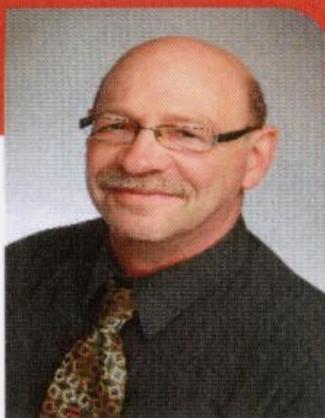
La vie est très passionnante et très excitante, mais tu dois avoir le désir de t'aventurer dans le nouveau avec une foi et une confiance absolues.

Eileen Caddy

La vie est un don et elle nous offre le privilège, la possibilité et la responsabilité de donner quelque chose en retour en devenant meilleur.

Anthony Robbins

Source : <http://www.evolution-101.com/pensees-sur-la-vie/>



**JEAN-PIERRE NAUD**  
Courtier immobilier agréé

[www.jeanpierrenaud.com](http://www.jeanpierrenaud.com)  
[jeanpierrenaud@royallepage.ca](mailto:jeanpierrenaud@royallepage.ca)

819-444-7085 (Cellulaire)  
819-727-4444 (Bureau)  
[www.royallepagelimoges.ca](http://www.royallepagelimoges.ca)



**Royal LePage Limoges & Ass.**

55, 1<sup>ère</sup> Avenue Ouest,  
Amos, QC J9T1T7

## SECTION PAROISSIALE



### INTENTIONS DE MESSES POUR DÉCEMBRE 2018 :

Dimanche 2 décembre – 9 h 30 :

Priscille Gravel Massicotte  
Offrande au service

Dimanche 9 décembre – 9 h 30 :

André Marchand (7-12-2015)  
Son épouse et ses enfants

Dimanche 16 décembre – 9 h 30 :

Défunts de la famille Laurette et  
Adrien Bilodeau  
Germain Bilodeau  
Suzanne Gravel  
Offrande au service

Dimanche 23 décembre – 9 h 30 :

Parents défunts  
Mariette et Rosaire Fortin

Noël 24 décembre à 20 h 00 :

Abbé Charles-Auguste Boulet  
Succ. Charles-Auguste  
Boulet  
Aline Boutin Corriveau  
Offrande au service

Dimanche 30 décembre – 9 h 30 :

Abel Breton  
Offrande au service  
Lucia Boutin Breton  
Offrande au service

### POUR LE TEMPS DE NOËL, VOICI L'HORAIRE DES CÉLÉBRATIONS :

#### 1. CÉLÉBRATION DU SACREMENT DU PARDON :

POUR SAINT-MARC ET LA CORNE : En préparation à la fête de Noël, à chaque dimanche de l'Avent (donc les 2 – 9 – 16 – et 23 décembre), l'abbé Avel sera disponible - avant et après la messe -, pour accueillir les personnes qui désireraient recevoir le sacrement du Pardon.

POUR LANDRIENNE : Ce sera jeudi 20 décembre de 18 à 19 h 00 ; la messe habituelle suivra à 19 h 00.

Il y aura aussi Célébration du Pardon :

À la Cathédrale : dimanche le 16 décembre à 19 h 00

Au Christ-Roi : lundi le 17 à 19 h 00

#### 2. CÉLÉBRATIONS EUCHARISTIQUES :

❖ Paroisse de Saint-Marc :

- La messe de Noël, lundi 24 décembre aura lieu à 20 h 30

❖ Paroisse de La Corne :

- Lundi 24 décembre à 18 h 00 messe de Noël

❖ Paroisse de Landrienne :

- Lundi 24 décembre à 22 h 00 messe de Noël

❖ Cathédrale Ste-Thérèse d'Avila d'Amos :

- 24 décembre à 17 h 00 (pour les enfants) /21 h 00
- 25 décembre à 11 h 00 pour les 2 paroisses d'Amos

❖ Église Christ-Roi d'Amos :

- 24 décembre à 20 h 00 et 22 h 00
- 25 décembre, il n'y a pas de messe.

➤ MESSE POUR LE JOUR DE L'AN :

- SAINT-MARC : À CONFIRMER... Nous pourrions avoir la messe du 1<sup>er</sup> de l'AN le lundi 31 décembre à 18 h 00
- LANDRIENNE : la messe du Jour de l'An sera mardi 1<sup>er</sup> janvier à 11 h 00

➤ LE PROCHAIN FEUILLET PAROISSIAL, que vous recevrez dans la semaine du 16 décembre vous confirmera les renseignements donnés aujourd'hui ou vous en laissera savoir les changements.

À la paroisse de la Cathédrale... la messe du Jour de l'An sera à 9 h 30

À la paroisse du Christ-Roi... ce sera à 11 h 00

## **LAMPES DU SANCTUAIRE :**

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

### **Semaine du 2 décembre :**

Rose-Emma Dupuis / Pour les malades

### **Semaine du 9 décembre :**

Sonia Gagnon / Intentions personnelles

### **Semaine 16 décembre :**

Rose-Emma Dupuis / En action de grâce

### **Semaine du 23 décembre :**

Gilles Roy / Intentions personnelles

### **Semaine du 30 décembre :**

Mariette et Rosaire Fortin / Intentions personnelles

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

## **1<sup>ER</sup> VENDREDI DU MOIS : MESSE ET ADORATION**

Vendredi, le **7 décembre** prochain, à l'occasion du 1<sup>er</sup> Vendredi du Mois, il y aura un temps d'adoration de **13h00 à 14h00**. Il se peut que l'abbé Avel vienne célébrer l'Eucharistie.

**Invitation est faite à chaque paroissien(ne)**

### **FABRIQUE :**

#### **Quêtes et revenus du 1<sup>er</sup> au 31 octobre 2018 :**

Prions:	<b>20,45 \$</b>
Lampions :	<b>74,00 \$</b>
Quêtes :	<b>179,90 \$</b>
Quête pour « Les Missions » :	<b>223,70 \$</b>
Don :	<b>300,00 \$</b>
Soirée country :	<b>434,90 \$</b>
Capitation 1 <sup>er</sup> janvier au 31 octobre 2018 :	<b>1 200,00 \$.</b>

### **LOYER :**

La Fabrique de Saint-Marc-de-Figuery a un loyer à louer à compter du 1<sup>er</sup> novembre 2018.

Le loyer est un 41/2 non chauffé, non éclairé, le prix est de 650,00\$ par mois.

Pour les personnes intéressées, vous pouvez contacter madame Agathe Legault au 819-732- 5659

## **RETOUR SUR LA MESSE DU 2 NOVEMBRE DERNIER :**

**Le 2 novembre dernier**, deux événements étaient soulignés à l'église; l'annonce en avait été faite le dimanche précédent.

On sait que le **2 novembre est le jour de la commémoration de tous les fidèles défunts.**

Cette année, cette date coïncidait avec le 1<sup>er</sup> Vendredi du Mois. L'abbé Avel est donc venu d'Amos à 13h pour célébrer l'Eucharistie et faire mémoire des personnes décédées au cours de l'année 2018 don voici les noms :

- Marcelle Périgny le 25 janvier
- Jacqueline Piché Mongrain le 12 février
- Rose-Hélène Dupuis Boutin le 12 avril
- Gabriel Lantagne le 1<sup>er</sup> octobre
- Lucienne Boutin le 8 octobre

Un lampion a été allumé à leur mémoire.

L'heure s'est terminée avec un temps d'adoration, comme à l'habitude.  
6 personnes étaient là pour représenter toute la communauté paroissiale de Saint-Marc.

**MERCI de votre présence!**

## Élection :

Nous sommes rendus à la fin de l'année et nous devons élire deux nouveaux marguilliers(ères). Toutes les personnes intéressées à rendre service à sa communauté religieuse sont invitées à se joindre à notre équipe.

**L'élection aura lieu le dimanche 9 décembre 2018, après la messe de 9h30.**

Vous pouvez donner votre nom à un des marguilliers en place ou à la présidente Joan T. Audy.

**Au plaisir de vous accueillir.**

## EST PARTI VERS LA MAISON DU PÈRE :

**RAYMOND LEMAY** : Décédé le 14 novembre 2018 à la Maison du Bouleau Blanc, à l'âge de 68 ans. Il était domicilié à Amos. Les funérailles ont eu lieu le 19 novembre dernier en la Cathédrale Ste-Thérèse d'Avila d'Amos.

**Raymond Lemay** était le frère de Thérèse Lemay (Donald Lemire) de notre paroisse.

**La communauté paroissiale de Saint-Marc sympathise avec les familles touchées par ces deuils.**

## NOUVELLE FORMULATION DU « NOTRE PÈRE » :

- ❖ Il en a déjà été question il y a plusieurs mois...
- ❖ Certains pays l'ont tout de suite mise en application...
- ❖ Voilà que la Conférence des évêques catholiques du Canada décide de la mettre **en vigueur à compter du...**
- ❖ **2 décembre 2018**, qui correspond au **1<sup>er</sup> dimanche de l'Avent**...

### **Quelle est cette nouvelle formulation?...**

Tout d'abord, on se rappelle les **7 demandes qu'il y a dans le Notre Père?**... C'est sans doute un peu loin!... Alors les voici pour nous rafraîchir... :

Les 3 premières demandes concernent Dieu lui-même :

- ✓ que ton nom soit sanctifié...
- ✓ que ton règne arrive...
- ✓ que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel...

Les 4 autres demandes sont formulées en « nous » et concernent nos besoins vitaux et notre vie fraternelle :

- ✓ donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour ( ou : quotidien)...
- ✓ pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés...
- ✓ **et ne nous laisse pas entrer en tentation** (qui est la nouvelle formulation)

**et non plus :**

- et **ne nous soumet** pas à la tentation
- ✓ mais délivre-nous du mal. **Amen**

Comme les « Prions en Église » sont imprimés plusieurs semaines à l'avance, la nouvelle formulation ne sera inscrite que plus tard, bien que nous sommes invités à l'utiliser dès le dimanche 2 décembre prochain.

## CALENDRIER BIBLIQUE ou (Guide de lecture de la Bible)

Une promotion du **calendrier biblique** a été faite par l'abbé Raymond Martel lors du suivi au lancement de l'Année pastorale de la zone d'Amos, le 2 novembre dernier; il a invité les personnes responsables à le propager dans chacune des paroisses. Plusieurs d'entre vous le connaissez déjà, puisque c'est l'abbé Martel lui-même qui nous l'avait fait connaître quand il a été nommé curé en **2009**.

Le nom du calendrier « **Guide de lecture de la Bible** », est un calendrier qui nous invite à faire une «**brève**» connaissance avec la Parole de Dieu...

- Chaque jour, on y trouve une courte Parole de Dieu...
- La référence pour la trouver dans la bible est ajoutée, si jamais nous sommes intéressés à en savoir plus... Ainsi, la Bible nous permettra de connaître la suite de cette phrase ou encore le contexte dans lequel elle a été écrite...
- À chaque dimanche, il est écrit où nous sommes rendus selon le calendrier liturgique...
- Le saint du jour y est inscrit, s'il y a lieu...
- L'image de chacun des mois est magnifique et elle est accompagnée d'une phrase ayant aussi, une référence biblique...
- On donne même la date de la pleine et de la nouvelle lune dans le mois, ainsi que le premier et le dernier quartier...

Le calendrier coûte 5,75\$, mais l'abbé Raymond Martel s'engage à payer lui-même le 75c afin de permettre à plus de personnes de l'acheter, et ce, au prix de 5\$.

**On peut se procurer ce calendrier 2019 à l'arrière de l'église ou en communiquant avec Liliane Veillette au 727-2397.**

### ANNIVERSAIRES ET/ OU ÉVÉNEMENTS :

- 2 décembre : 1<sup>er</sup> **dimanche de l'Avent** – Année « C »...
- 3 décembre : Saint François Xavier, patron principal des missions...
- 7 décembre : 1<sup>er</sup> Vendredi du Mois, messe et adoration de 13 h à 14h...
- 8 décembre : Immaculée Conception de la Vierge Marie...
- 9 décembre : 2<sup>e</sup> **dimanche de l'Avent**...
- 16 décembre: 3<sup>e</sup> **dimanche de l'Avent**...
- 20 décembre: À Landrienne de 18 h à 19 h **Célébration du Pardon**...
- 23 décembre: 4<sup>e</sup> **dimanche de l'Avent**...
- 24 décembre: 20 h 00 messe de Noël à Saint-Marc ...**
- 25 décembre:** Nativité du Seigneur...
- 26 décembre: Saint Étienne, premier martyr...
- 27 décembre: Saint Jean, apôtre et évangéliste...
- 28 décembre: Les Saints Innocents...
- 30 décembre: La Sainte Famille de Jésus, Marie et Joseph...
- 31 décembre : Messe pour le 1<sup>er</sup> de l'An à 18 h... **À être confirmé**

### REMERCIEMENTS

#### **Funérailles Gabriel Lantagne**

Des remerciements sont adressés à toutes les personnes qui ont soutenu la famille. Merci à tous les membres des comités, dont celui de la pastorale, du repas funérailles, de la chorale ainsi que celui du cimetière.

De Jacqueline et les enfants.





## SECTION MUNICIPALE

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

[www.saint-marc-de-figuery.org](http://www.saint-marc-de-figuery.org)

**Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors de la séance ordinaire du 5 novembre 2018.**

1. Adoption du procès-verbal de la séance du conseil du 1<sup>er</sup> octobre 2018 tel que déposé.
2. Dans le cadre des activités de l'Halloween, un tirage au hasard est organisé chaque année par la municipalité pour encourager les citoyens à décorer leur demeure. Cette année, deux certificats cadeaux de 50\$ soit un de la Miellerie La Grande Ourse et un du dépanneur CD Boutin, les gagnants sont : Monsieur Maxime St-Laurent et Madame Katie Rouillard, du 424 route 111 ainsi que Monsieur Bert Govig et madame Louise Guay du 104 chemin de la Baie-des-outardes.
3. Sur recommandation du comité consultatif en urbanisme pour la dérogation mineure du 56 rue du Lac, le conseil permet l'agrandissement du garage actuel à la dimension futur de 11.077 mètres x 15.385 mètres (36' x 50'). Par contre, la demande pour augmenter la hauteur des murs à 4.615 mètres (15') est refusée.
4. La nomination du Pro Maire pour 2019 est remise à la séance du 3 décembre 2018.
5. Le conseil a donné le mandat de la vérification externe des données financières de la municipalité pour l'exercice 2017 à M Daniel Tétreault, CPA.
6. Suite à de nouvelles informations pour combler les besoins concernant le système de télémétrie, le conseil a octroyé la soumission à Cancoppas au montant de 7 644\$ avant taxes. Ce système nous permet d'obtenir plus de données nécessaires et élimine les déplacements inutiles.
7. La soumission chez Zip Lignes au montant de 917,88 a été accepté par le conseil ainsi que l'utilisation du solde budgété, soit d'environ 800,00\$, pour procéder à l'achat de nouveaux panneaux de signalisation afin d'améliorer la signalisation de notre réseau et ainsi assurer la sécurité de tous.
8. L'octroi du contrat pour le déneigement du stationnement de la descente de bateaux a été remis puisque nous demanderons une 2<sup>e</sup> soumission.
9. Le conseil autorise madame Jocelyne Bilodeau à présenter une demande de subvention pour le 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 de plein air.
10. Le conseil autorise madame Jocelyne Bilodeau à présenter une demande de soutien financier FLIC pour l'heure du conte de Noël 2018 auprès de la MRC.
11. Il a été résolu d'autoriser la directrice générale de signifier par courrier recommandé les citoyens dont le compte de taxes accuse un retard de deux ans dans le cadre du processus pour vente d'immeuble pour non-paiement des taxes.
12. Le conseil autorise le dépôt de demande d'aide financière au programme compostage domestique et communautaire (ACDC).
13. Le conseil autorise la signature de l'entente intermunicipale relative au service de valorisation des matières compostables avec les municipalités Landrienne, La Corne et Saint-Félix-de-Dalquier .
14. Il est résolu d'utiliser le solde d'emprunt de 5 764\$ pour diminuer le règlement d'emprunt de la phase 2 du projet d'assainissement.
15. Il est à noter que les bureaux municipaux seront fermés durant la période des fêtes soit du 24 décembre 2018 au 4 janvier 2019 inclusivement.
16. Adoption des dépenses  
Comptes payés en octobre 2018 pour un total de 89 382,77\$  
Versement par chèque C1800140 à C1800149  
Paiement en ligne sécurisé L1800078 à L1800084  
Paiement par transfert électronique P1800200 à P1800222  
**Consulter la liste complète à la page suivante**  
Comptes à payer en novembre 2018 en date du conseil pour un total de 123 464,95\$  
Salaires payés en octobre 2018 D1800240 à D1800270 pour un montant total de 13 407,23\$

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, LE 3 DÉCEMBRE 2018, 19 H 30 AU 162 CHEMIN DES PRÉS.



# INFO-BUDGET

## MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

### Liste des chèques d'octobre 2018

N° chèque	Nom	Description	Montant
C1800140	C.D. BOUTIN	Essence, diésel, poste, fournitures, eau	1 494,52
C1800141	C.D.BOUTIN	Festivités champêtres	1 468,44
C1800142	FABRIQUE DE ST-MARC	Location salle Fabrique gr. Mise en forme	150,00
C1800143	RADIO BORÉALE	Adhésion 2018-2019	25,00
C1800144	La Capitale Assureur adm. publique inc.	Assurance collective octobre 2018	1 092,14
C1800145	Développement Les Berges de Figuery	Paiement en trop	236,34
C1800146	H2LAB INC	Frais d'analyse PP2	28,74
C1800147	COMITÉ PISTE CYCLABLE	Commandite Bières et saucisses	200,00
C1800148	H2LAB INC	Frais d'analyse PP2	240,30
C1800149	VILLE D'AMOS	Site d'enfouissement	3 884,99
L1800078	RÉGIME RETRAITE EMPLOYÉS MUNICIPAUX QC.	Régime de retraite	1 702,88
L1800079	TÉLÉBEC LTÉE	Téléphones bureau et Maison du citoyen	247,04
L1800080	BELL MOBILITE	Cellulaires	89,02
L1800081	MINISTÈRE DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE	Service de sécurité publique	29 731,00
L1800082	MINISTÈRE DU REVENU DU QUÉBEC	Déductions à la source	4 363,93
L1800083	MINISTÈRE DES FINANCES	Déductions à la source	1 550,58
L1800084	HYDRO-QUÉBEC	Électricité luminaires et 10 av. Michaud	535,33
P1800200	GESTION SIMON BLANCHARD INC	Piles garage	22,05
P1800201	MUNICIPALITÉ DE LANDRIENNE	ACP-environnement 5 705\$/4	1 426,25
P1800202	GROUPE CCL	Relevés pour comptes de taxes	256,97
P1800203	LOCATION LAUZON AMOS INC	Festivités champêtres, location de tank propane	4 507,33
P1800204	M & M NORD OUEST INC.	Pièces	13,17
P1800205	MUNICIPALITÉ DE LA CORNE	Tour communication juillet/septembre, nivelage	1 689,96
P1800206	Bélanger Doris	Papeterie	9,83
P1800207	KOMUTEL INC.	Communication pompiers	321,93
P1800208	GAGNON NANCY	Entretien ménager bureau municipal et maison citoyen	67,50
P1800209	IMPRIMERIE HARRICANA	Journal Éveil campagnard	564,53
P1800210	LES MATÉRIAUX 3+2 LTÉE	Asphalte froid, rubans	550,17
P1800211	PAPETERIE COMMERCIALE	Papeterie - maison du citoyen	29,87
P1800212	RP EXPRESS	Frais de livraison échantillons	15,32
P1800213	SANIMOS INC.	Collecte matières résiduelles	5 872,92
P1800214	ZIP LIGNES	Panneaux de signalisation	1 087,18
P1800215	COSTE GUILLAUME	Aménagement - fermeture des structures	534,63
P1800216	GAGNON NANCY	Entretien ménager bureau municipal et maison citoyen	67,50
P1800217	JOCELYNE BILODEAU	Halloween, accueil bébés, papeterie et kilométrage	188,92
P1800218	TEM Entrepreneur Général	Installation borne sèche	23 587,89
P1800219	Bélanger Doris	Purolator (assainissement), papeterie et kilométrage	140,65
P1800220	CLUB COOP DE CONSOMMATION D'AMOS	Heure du conte Halloween, Bières et saucisses	361,38
P1800221	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidange fosses septiques	1 013,80
P1800222	RP EXPRESS	Frais de livraison échantillons	12,77
<b>TOTAL</b>			<b>89 382,77</b>

## INFO-CITOYEN

### 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 !!!**

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

[www.optilog.com/sheehy](http://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](mailto:excavationgilbertsheehy@hotmail.com) - [exc.dgm@outlook.com](mailto:exc.dgm@outlook.com)**



# INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

ÉCONOMIE

## PORTRAIT ÉCONOMIQUE DES RÉGIONS

Mariella Collini, Le Bulletin de l'Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, Novembre-Décembre 2018

La publication annuelle du Portrait économique des régions du Québec propose un aperçu de la situation et de l'évolution des régions du Québec. Elle permet d'en saisir les caractéristiques, la dynamique, les forces et le potentiel d'amélioration. Coup d'œil sur trois indices.

### L'INDICE DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE

Parmi les nombreux indicateurs liés à la richesse et au niveau de vie, le ministère de l'Économie, de la Science et de l'Innovation (MESI) a élaboré un indice de développement économique (IDÉ). Cet indice mesure les disparités régionales de développement et non la croissance économique. Cet indice repose sur quatre composantes : la démographie, le marché du travail, le revenu et la scolarité.

Selon l'indice compilé pour 2016, établi à 93,9, l'Abitibi-Témiscamingue présente un niveau de développement économique inférieur à la moyenne québécoise (désignée par l'indice 100), mais toutefois supérieur à la performance du bloc des régions ressources. Parmi les composantes, la région affiche des résultats qui se rapprochent ou surpassent la moyenne québécoise au chapitre du revenu (99,4) et du marché de travail (101,3). À l'opposé, les sous-indices liés à la démographie (92,8) et à la scolarité (82,2) se situent nettement en deçà de la moyenne québécoise.

L'indice de développement économique de l'Abitibi-Témiscamingue affiche une légère baisse en 2016 par rapport au résultat de 2011 (94,3). La diminution de l'indice de la région s'explique par une détérioration de la composante scolarité par rapport à l'ensemble du Québec. L'indice du bloc régions ressources a également enregistré un léger recul en 2016 comparativement à celui de 2011.

### L'INDICE DE DIVERSITÉ INDUSTRIELLE

Posons ensuite le regard sur un deuxième indice, soit l'indice de diversité industrielle qui se fonde sur l'emploi par industrie des régions et celle du Québec. Plus une économie serait diversifiée, moins elle serait vulnérable aux chocs économiques.

L'Abitibi-Témiscamingue fait piètre figure relativement à son indice de diversité industrielle par rapport à la moyenne provinciale (désignée par l'indice 100). Avec un indice fixé à 15,2, la région se positionne au 14<sup>e</sup> rang provincial. Aussi, l'indice se révèle deux fois moins élevé que celui pour l'ensemble des régions ressources. Or, en comparaison à la dynamique industrielle des autres régions ressources, l'Abitibi-Témiscamingue est la seule à afficher une amélioration, bien que très légère, de son indice de diversité industrielle (+0,3) par rapport à 2012.

### L'INDICE DE REMPLACEMENT

Dernier indice et non le moindre, l'indice de remplacement mesure le renouvellement du bassin de main-d'œuvre potentiel. Un indice de remplacement de 100 signifie que chaque personne qui s'apprête à se retirer du marché du travail (55 à 64 ans) est remplacée par une personne plus jeune (20 à 29 ans).

Sur une période de 10 ans, en Abitibi-Témiscamingue, cet indice est passé de 96,6 en 2007, soit près du seuil de « 1 pour 1 » à 76,8 en 2017. La région se positionne au 9<sup>e</sup> rang provincial, soit en milieu de peloton. À l'exception du Nord-du-Québec, toutes les autres régions ressources ont un indice de remplacement inférieur à celui de la région. Dans l'ensemble, entre 2007 et 2017, les régions ressources affichent la diminution la plus importante de cet indice, notamment en raison du vieillissement plus rapide de leur population.

Pour lire l'intégralité de cet article :

[http://www.observat.qc.ca/documents/bulletin/oat\\_nov-dec\\_2018\\_vf.pdf](http://www.observat.qc.ca/documents/bulletin/oat_nov-dec_2018_vf.pdf)



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

Il nous fera plaisir de vous aider à réaliser votre projet !

25 chemin de la Promenade,  
St-Marc de Figury, Québec J0Y 1J0  
[multiservicesmaxx@outlook.com](mailto:multiservicesmaxx@outlook.com)





## INFO-RECYCLAGE

### x Québécois sur trois ont encore des produits électroniques désuets à la maison

Un récent sondage mené par l'ARPE-Québec démontre que **deux Québécois sur trois** ont encore des produits électroniques dont ils ne se servent plus à la maison. 62 % d'entre eux disent ne pas avoir eu ou pris le temps de s'en occuper, ne pas avoir décidé quoi faire avec, ou les accumuler en attendant de faire le grand ménage. Parmi ces objets désuets se trouvent, entre autres, des téléviseurs, des ordinateurs portables et de bureau, des accessoires d'ordinateur, des imprimantes, des tablettes électroniques, des cellulaires, des téléphones conventionnels, des lecteurs DVD/Blu-Ray, des lecteurs de musique portatifs, des caméras numériques et des consoles de jeux vidéo.

C'est donc dire que des quantités significatives de matières premières telles que l'or, le cuivre et l'argent, pourraient être réutilisés dans la fabrication de nouveaux produits, dorment dans les résidences de nombreux Québécois. Le recyclage d'appareils électroniques est un geste simple qui permet de récupérer ces précieuses ressources au lieu d'avoir à les extraire du sol, et ce, à grand coût pour l'environnement. Par exemple, **pour obtenir une tonne de cuivre, il faut seulement 14 tonnes de déchets électroniques recyclés au lieu de 80 000 tonnes de matières extraites du sol.** Afin de préserver nos ressources naturelles, le recyclage est une avenue plus efficace et plus écologique que l'exploitation minière traditionnelle.

L'ARPE-Québec prend en charge tous les produits électroniques apportés dans ses points de dépôts officiels, dont plusieurs écocentres municipaux, de nombreux détaillants et autres organismes et entreprises. Les appareils sont ensuite acheminés à des entreprises certifiées et approuvées, conformes aux normes de recyclage en vigueur au Canada, qui en assureront le traitement dans le respect de l'environnement, tout en minimisant les risques pour la santé et la sécurité. Une fois les produits démantelés, les matériaux qu'ils contiennent, comme les métaux, les plastiques et le verre seront triés, récupérés, transformés et réutilisés afin de fabriquer de nouveaux produits, préservant ainsi nos ressources naturelles non renouvelables.

Le point de dépôt des Saint-Marcois est :

Écocentre Amos  
5311, Route 395 Nord  
Amos (Quebec) J9T 2G1  
819-732-8543

Source : [www.recyclermeselectroniques.ca/qc/](http://www.recyclermeselectroniques.ca/qc/)

### Horaire de l'écocentre

Du 1<sup>er</sup> mai  
au 15 septembre  
(printemps-été)



Du 16 septembre  
au 30 avril  
(automne-hiver)

Dimanche.....	Fermé	Dimanche.....	Fermé
Lundi.....	8 h à 17 h	Lundi.....	8 h à 17 h
Mardi.....	8 h à 17 h	Mardi.....	8 h à 17 h
Mercredi.....	8 h à 17 h	Mercredi.....	8 h à 17 h
Jeudi.....	8 h à 20 h	Jeudi.....	8 h à 17 h
Vendredi.....	8 h à 20 h	Vendredi.....	8 h à 17 h
Samedi.....	8 h à 17 h	Samedi.....	8 h à 16 h

**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](mailto:reusitech@cableamos.com)



## INFO-ENVIRONNEMENT

### 13 utilisations insolites du vinaigre blanc

Économique, facile à trouver, inoffensif, le vinaigre est le produit qu'il faut avoir chez soi tant il est utile au quotidien. Que se soit en cosmétique ou pour l'entretien de la maison, ses utilisations sont variées.

#### 1. Soulager une piqûre d'insecte

Si vous avez été piqué par un insecte, versez du vinaigre sur une compresse puis passez cette dernière sur votre piqûre. Sachez que c'est aussi un excellent répulsif contre les insectes.

#### 2. Redonner de l'éclat au cuir

Imprégnez un chiffon de vinaigre et frottez doucement vos chaussures ou votre canapé ; essuyer ensuite avec un chiffon doux et sec.

#### 3. Éliminer l'odeur du pipi de chat

L'odeur de l'urine des chats est particulièrement forte et tenace. Pour l'éliminer, nettoyez l'endroit imprégné d'urine avec du vinaigre.

#### 4. Enlever les traces d'autocollant

Certaines étiquettes, comme celles des pots à confiture, sont parfois difficiles à enlever. Frottez les résidus de colle avec du vinaigre afin de les faire disparaître.

#### 5. Détartre votre bouilloire

Si vous constatez que votre bouilloire est pleine de calcaire, versez du vinaigre blanc dedans avec de l'eau et faites bouillir : le calcaire devrait rapidement se décrocher des parois ou même se dissoudre. Veillez à bien vider votre bouilloire au risque que le thé suivant ait un goût étrange...

#### 6. Enlever la rouille

Le métal a tendance à se recouvrir de traces oranges : la rouille. Pour l'enlever, laissez la pièce métallique tremper toute une nuit : le lendemain elle sera comme neuve.

#### 7. Lutter contre les poux

C'est un remède de grand-mère que l'on aurait tendance à négliger : laver ses cheveux au vinaigre et les rincer après ½ heure d'attente permettra de chasser les poux de votre tête ou de celle de vos enfants.

#### 8. Laver le micro-onde

Pour nettoyer votre micro-onde, rien de plus simple : faites chauffer plusieurs minutes un bol rempli d'eau et de vinaigre. Il suffit ensuite de passer un coup d'éponge sur les parois.

#### 9. Faire briller les robinets

Pour obtenir des robinets étincelants, frottez-les avec du vinaigre blanc et un chiffon. Vos chromes retrouveront tout leur éclat.

#### 10. Éliminer les traces de moisissures

Certains endroits comme la salle de bain sont particulièrement humides, une condition idéale pour permettre à la moisissure de se développer. Pour l'éliminer quand elle se trouve sur les joints, par exemple, imbitez du papier essuie-tout de vinaigre et laissez-le sur les traces noires pendant plusieurs heures.

#### 11. Nettoyer les vitres et les miroirs

Plutôt que d'utiliser des produits lavants industriels, remplacez votre nettoyant à vitres par du vinaigre blanc dilué dans de l'eau. Une lingette en microfibre et fini les traces sur les vitres et les miroirs.

#### 12. Laver les toilettes

Pour des toilettes propres et débarrassées de leurs bactéries, lavez-les avec du vinaigre blanc.

#### 13. Désodoriser les canalisations

Parfois les canalisations refoulent et dégagent une mauvaise odeur. Pour éviter ce désagrément, entretenez-les avec du vinaigre blanc en le versant directement dans vos lavabos et vos éviers.

Source : [passeportsante.net](http://passeportsante.net)



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](mailto:info@tem-entrepreneur.ca)

Site Internet : [tem-entrepreneur.ca](http://tem-entrepreneur.ca)

Licence RBQ : 8247979134

#### Services :

Entrepreneur général  
Déneigement

Génie civil  
Excavation

Transport de vrac  
Transport par fardiers, diabolos et 4<sup>e</sup> essieu

## INFO-BIBLIO

Voici des suggestions de titres de livres à votre disposition



### TITRE:

Les péripéties de la vie d'une maîtresse d'école  
Y'a des moments si merveilleux  
Sur les Berges du Richelieu tomes 1-2-3  
Au-delà du silence  
Des nouvelles d'une p'tite ville  
La Grand-Rue  
Vieillir avec grâce  
Dans mes yeux à moi  
Alexandre Chenevert  
L'enlèvement  
L'homme qui entendait siffler, Une bouilloire

### AUTEUR:

Cécile Mayrand-Gagnon  
Dominique Michel  
Jean-Pierre Charland  
Jean-Roch Simard  
Mario Hade  
Marguerite Bolduc  
Denise Bombardier  
Josélito Michaud  
Gabrielle Roy  
Carl Rocheleau  
Michel Tremblay

### MAISON D'ÉDITION:

D'ici et d'ailleurs  
éditions La Semaine  
Club Québec Loisirs  
Les intouchables  
Les éditeurs Réunis  
La plume d'Oie  
Les éditions de l'homme  
Libre Expression  
Alain Stanké Ltée  
Édition De Mortagne  
Pierre Filion

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

***Au plaisir de vous accueillir, tous les mercredis de 18 h 30 à 20 h!***

### ***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 |

### ***Animation-accompagnement jeunesse :***

*La période d'ouverture de la bibliothèque est aussi le temps pour les jeunes qui le désirent :*

- |  |                            |
|--|----------------------------|
| - utiliser les jeux de société disponibles sur place;                | - se réunir;               |
| - préparer des activités telles que l'animation de l'heure du conte; | - organiser des activités; |
| - toutes autres idées peuvent être soumises!                         |                            |



## ***C.D. BOUTIN***

**434, Route 111**

**Saint-Marc-de-Figuery**

**(Québec) J0Y 1J0**

**Téléphone: 819-732-4030**

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

Station d'essence sans-plomb et diesel :



***Produits Pétroliers Harricana inc.***

# LE CHAUFFAGE AU BOIS ET LE RAMONAGE

Saviez-vous qu'en moyenne plus de 1 200 feux de cheminée surviennent chaque année au Québec ? C'est pourquoi il est important de faire ramoner votre cheminée au moins une fois par année, de préférence à l'automne !

### LE CHAUFFAGE

- Tentez de prioriser un appareil de chauffage qui présente une preuve d'homologation par un organisme reconnu comme **ULC** ou **CSA**.
- Dans la mesure du possible, installez un extincteur portatif dans la pièce où se trouve l'appareil de chauffage. Placez-le à plus de 3 mètres de celui-ci.
- Utilisez du bois de qualité et bien sec. Le bois vert augmente la formation de crésote, un dépôt crouteux qui s'agrippe aux parois de la cheminée. C'est d'ailleurs un résidu très inflammable !



### LE RAMONAGE

- Ne tentez pas de mettre le feu dans la cheminée pour éliminer la crésote. **Toute la maison pourrait y passer !** Seul un bon ramonnage peut l'éliminer.
- Après votre ramonnage, disposez les cendres dans un **contenant métallique**, conservé dehors, loin de tout matériel combustible. Les centres peuvent rester chaudes jusqu'à 72 heures et provoquer un incendie.

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<sup>ère</sup> Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1T7

Téléphone :

819-732-5258

Télécopieur :

819-732-0394

Adresse électronique : [mcguire.avocats@cableamos.com](mailto:mcguire.avocats@cableamos.com)

## INFO-SANTÉ

### 5 bonnes positions à adopter au travail pour se sentir bien

**On passe des heures chaque jour assis derrière un bureau et parfois autant devant un ordinateur. Si on ne prend pas soin de sa posture, très vite des tensions musculaires, des stress et des douleurs apparaissent.**

Cinq règles peuvent être observées pour adopter de bons réflexes à son poste de travail. Grâce à elles, vous protégez votre corps et évitez les tensions musculaires et les douleurs qui se logeraient dans la nuque, les épaules et le dos.

#### 1. La tête et les yeux

Avant toute chose, n'hésitez pas à vous munir d'une **paire de lunettes de confort** pour protéger vos yeux de l'écran qui entraîne une grande fatigue oculaire. Ensuite, **la tête doit être alignée à la colonne vertébrale**. Tenez vous légèrement incliné vers le plan de travail (30°), mais toujours en gardant le dos et la tête alignés.

**Le côté supérieur de l'écran doit se situer à hauteur des yeux** et l'angle de vue idéal approche les 22°. Votre écran doit être éloigné de votre corps d'une distance équivalente à un bras, d'où la nécessité d'un bureau profond d'au moins 70 à 80 centimètres.

#### 2. La position des bras et des mains

Pour éviter de concentrer trop de poids (et donc de tensions) dans les bras, avant-bras et épaules, il est nécessaire de poser ses avant-bras sur le bureau ou sur les accoudoirs du fauteuil. **Éloignez donc un peu votre clavier pour obtenir cette distance.**

L'angle optimal entre les bras et les avant-bras doit être de 90°. Pour obtenir cette position, n'hésitez pas à **remonter un peu votre fauteuil s'il est réglable ou à disposer un coussin sous vos fesses**. Vos bras et avant-bras, qui représentent 20 % du poids du corps, seront détendus et votre cou soulagé !

#### 3. Le dos bien droit

Les **douleurs du dos** concernent une grande partie des Français. Il faut donc surveiller votre position pour protéger votre colonne et vos lombaires. **Collez le bas de votre dos à la partie inférieure du fauteuil pour être le plus soutenu possible**, ou, le cas échéant, optez pour un coussin bien calé au niveau des reins. Lorsque vous avez besoin de vous lever, **prenez appui avec vos mains sur le bureau pour solliciter les muscles des jambes**. Cela évitera au dos de forcer seul pour passer en position debout.

#### 4. Surveillez la position de vos jambes

Les jambes et les pieds ne doivent pas être négligés. Lorsque vous êtes assis, vos pieds doivent être posés bien à plat sur le sol. Si ce n'est pas le cas, utilisez un repose-pieds. **Celui-ci permettra à vos jambes de respecter l'angle de 90° entre vos cuisses et vos mollets**. Pensez également à vous dégourdir les jambes régulièrement. Une pause toutes les heures est la bienvenue.

#### 5. Aménagez votre poste de travail

La souris doit être ergonomique et sans fil. **Un repose-poignet peut permettre d'éviter certaines douleurs au poignet et aux métacarpes**. Le clavier doit être compact dans la mesure du possible, surtout si vous n'utilisez pas le pavé numérique, cela empêchera le bras d'être trop éloigné du reste du corps. Positionnez également **votre clavier bien à plat**.

Lorsque vous consultez des documents imprimés, essayez de les disposer devant vous, **entre le clavier et l'écran** afin d'éviter toutes torsions inutiles au dos ou à la nuque. Si vous travaillez très souvent sur du support papier, **investissez dans un pupitre réglable pour que les documents soient à la hauteur et à bonne distance de vos yeux**. Cela évitera à votre cou d'être penché en avant durant de longues périodes.

Source : <https://www.passeportsante.net>



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

**Proximed**



Membre affilié à :

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

41, 1<sup>re</sup> 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

Samedi : 9h à 17h

Jeudi au vendredi : 9h à 21h

Dimanche : 14h à 16h

## INFO-JEUNESSE

### Explorez le monde, imaginez les possibilités

Vous cherchez une nouvelle aventure? Vous voulez travailler et voyager dans certains des plus beaux endroits du monde?



Imaginez...

- prendre votre pause de dîner dans le meilleur restaurant de nouilles ramen à Tokyo
- faire un jogging matinal le long du canal de l'Empereur à Amsterdam
- faire une grande randonnée pédestre dans les forêts tropicales luxuriantes du Costa Rica
- relaxer sur les plages de l'Australie après le travail

Expérience internationale Canada (EIC) vous donne la possibilité de le faire. Les ententes que nous avons conclues avec des pays et des territoires étrangers facilitent l'obtention de permis de travail auprès de nos partenaires. Travaillez à l'étranger pour financer un voyage inoubliable. Acquérez de nouvelles habiletés, apprenez de nouvelles langues, découvrez différentes cultures et explorez des endroits que vous n'auriez jamais pensé visiter.

*« Il est probable que ceux qui en font le plus sont ceux qui rêvent le plus. »  
Stephen Leacock*

Intéressé? Apprenez-en davantage au sujet d'EIC ou voyez comment fonctionne le processus de demande.

ACCÉDER À TOUTE L'INFORMATION AU : <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/canadiens/experience-internationale-canada.html>

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

**FERABI INC.**

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

Courriel : [ferabi@ferabi.com](mailto:ferabi@ferabi.com)  
[www.ferabi.com](http://www.ferabi.com)

## INFO-SCOLAIRE

### 5 trucs pour aider votre enfant à aimer l'école

Par Nathalie Blais

**Encouragement et renforcement sont deux des plus beaux cadeaux que les parents puissent faire à leurs enfants. Les jeunes acquièrent le respect d'eux-mêmes et des autres quand on leur apprend à accorder de l'importance à ce qu'ils pensent, à ce qu'ils font et à ce qu'ils ressentent. En encourageant ses enfants à se fixer des objectifs et à s'enorgueillir de leurs succès, dit Sara Dimerman, qui a mis sur pied un service de soutien parental, on développe leur estime de soi et on les prépare à mener une vie riche et épanouie.**

**Voici 5 trucs pour renforcer la confiance en soi de vos enfants:**

#### 1-Soulignez leur progrès

Soulignez leurs progrès. Si vous leur **montrez que vous croyez en eux**, ils auront envie de travailler plus fort et de répondre à des attentes plus grandes. Quand on dit à un enfant qu'il «peut faire mieux», il fait souvent pire parce qu'il prend cela comme une défaite.

#### 2. Incitez-les à se dépasser

**Inculquez-leur la notion d'effort personnel.** Outre les sports qui développent l'esprit de compétition, prévoyez des activités de loisirs qui mettent en valeur le dépassement (natation, karaté, discipline artistique).

#### 3. Ne les comparez pas

Fuyez le jeu des comparaisons. Demandez-leur s'ils sont contents de leurs résultats. Les **enfants n'ont pas tous les mêmes capacités**; concentrez-vous sur ce que les vôtres font.

#### 4. Encouragez-les à être fiers

Faites encadrer leurs certificats et **encouragez-les à en être fiers.**

#### 5. Ayez des attentes claires

Évitez de parler de bonne ou mauvaise conduite. Dites précisément ce que vous approuvez ou désapprouvez afin de pousser votre enfant à persévérer ou à changer d'attitude.

Source : <https://www.selection.ca/sante/famille/5-trucs-pour-aider-votre-enfant-aimer-lecole/>



- 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](mailto:vcdb@cableamos.com)

## INFO-PARENTS

### Trois critères pour reconnaître un enfant hyperactif

#### L'agitation

On se cantonne souvent au seul symptôme de l'agitation pour dire qu'un enfant est hyperactif mais attention, car **les hyperactifs ne sont pas toujours agités et il devient alors encore plus difficile d'établir un diagnostic.** Les filles hyperactives par exemple, papillonnent, sont plus souvent rêveuses qu'agitées et cela ne les empêche pas de souffrir de ce trouble malgré tout. L'enfant hyperactif, agité, bouge sans cesse, ne tient pas assis, se lève en permanence de sa chaise, monte sur sa table. Impossible de le canaliser. Tout petit, on parlait de lui comme un bébé très tonique ! **Bref, pour lui et pour son environnement proche, la vie en classe est très compliquée.**

#### L'inattention

Cette agitation ne s'arrête pas une fois à la maison : il se tortille, tapote des pieds, grimpe partout... Le sommeil lui-même est parfois entrecoupé ou difficile à trouver. **L'enfant hyperactif est incapable de se concentrer et parvient rarement à finir une tâche entreprise.** Il change sans cesse d'activité, saute du coq à l'âne.

Les spécialistes reconnaissent que l'entrée en primaire révèle souvent la pathologie car l'enfant que l'on croyait jusqu'à présent vif et brillant, **a du mal à entrer dans la lecture et le graphisme, deux activités qui réclament calme et concentration.** Les devoirs du soir deviennent vite une véritable épreuve.

#### L'impulsivité

Pas facile pour les parents de comprendre et de contrôler un enfant hyperactif. L'impulsivité est un autre symptôme qui permet de reconnaître ce trouble. **Il veut tout tout de suite, fait tout tout de suite et exige des réponses tout de suite, coupe les conversations,** n'écoute ni les conseils ni la personne qui va tenter de le canaliser. Il passe devant tout le monde, veut toujours être le premier. Il n'a peur de rien !

Il n'hésite pas non plus à interrompre les adultes, ses professeurs, veut que l'on réponde à toutes ses interrogations et **se met même souvent en danger pour obtenir ce qu'il veut ou atteindre son objectif.** Très rapide, trop rapide sans doute, il va très vite, tombe et casse souvent les choses. Ce symptôme peut toutefois devenir un moteur s'il est utilisé à bon escient : on sait que de nombreux chefs d'entreprise ou sportifs de haut niveau sont hyperactifs.

Source : <https://www.les-supers-parents.com/6-astuces-pour-favoriser-l-eveil-au-langage-du-jeune-enfant/>

# 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<sup>e</sup> 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

## Profitez de la vie... SOYEZ ACTIF!

### L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : UN ATOUT

L'activité physique a un effet salubre, notamment parce qu'elle retarde la perte d'autonomie. Il faut savoir que l'activité physique est sans danger pour la plupart des gens. Pour vous initier, allez-y graduellement!

Le fait d'accroître les occasions de bouger vous aidera à mieux vivre avec vos limites. Si vous avez des doutes, parlez-en à votre médecin.

### Les articulations

Si vous faites de l'arthrose ou de l'arthrite, il est d'autant plus important pour vous de faire des exercices en douceur tous les jours, afin de maintenir la souplesse de vos articulations. Celles-ci pourront ainsi bouger plus facilement et sans douleur. Voici quelques exemples d'activités qui pourraient vous convenir : programme d'exercices à la maison, aquaforme, tai-chi.

### L'équilibre

Pratiquez des exercices de musculation et d'équilibre, faites du tai-chi ou encore montez et descendez des escaliers... Toutes ces activités amélioreront votre force et votre équilibre au fil du temps. Si vous êtes préoccupé par votre équilibre ou par la peur de tomber, ou si vous avez déjà chuté, informez-vous sur le programme P.I.E.D. (consultez la page 31). Ce programme, encadré par des professionnels de la santé, est spécialement conçu pour aider à prévenir les chutes et les fractures.

### Le cerveau

L'activité physique est un gage de bien-être psychologique et de santé mentale. Chaque séance d'exercice de type aérobie peut réduire le stress et l'anxiété, améliorer l'humeur et produire une agréable sensation de détente. Les personnes âgées qui pratiquent régulièrement des activités physiques sont également moins sujettes à la dépression et aux crises d'anxiété. Les activités physiques retardent la perte de tissu nerveux et la détérioration du fonctionnement du cerveau. En effet, des recherches indiquent que les aînés qui ont une bonne aptitude aérobie perdent moins de matière grise et blanche.

### DES RÉSULTATS BÉNÉFIQUES

**Une meilleure santé et une meilleure forme physique rehaussent le sentiment de bien-être. De plus, être actif en groupe donne l'occasion de rencontrer des gens et d'échanger.**

Source : Profitez de la vie... Soyez actif! Trucs et astuces pour les aînés, Ministère de la Famille et des Aînés



**Kinésithérapie**

485 1ère Rue Ouest  
Amos, Québec  
J9T 2M5

**Alexandra Gélinas**  
Massothérapeute - Kinésithérapeute  
alexegelinas@hotmail.fr  
(819) 443-0191



**VITOP EXPRESS**

PARE-BRISÉS VITOP EXPRESS

---

**Jaclyn Bérubé - Division Abitibi**  
RÉPARATION DE PARE-BRISÉS À DOMICILE  
+1 (819) 442-0307  
jaclyn.berube@vitop-express.com

## INFO-CULTURE

### Pignons sur rue

Exposition

Claude Guérin avec la participation de Bertrand Rougier



© Claude Guérin

Depuis 2010, Claude Guérin arpente méthodiquement chaque hiver les sites de pêche blanche au Québec pour y photographier les abris des pêcheurs, ces « micros architectures » qui reprennent une coutume héritée des Amérindiens. Des abris temporaires faits de bric et de broc, souvent avec des matériaux de fortune recyclés rappelant l'art naïf et savoureux des patentoux. Souvent disséminées dans une sorte de village éphémère et improbable, elles sont réparties à l'avenant sur des rivières ou lacs gelés de même que sur plusieurs sites du fleuve Saint-Laurent ou de la Baie-des-Chaleurs, surgissant tels des artefacts baroques et multicolores se découpant sur la blancheur de la neige, proposant un intermédiaire entre le confort domestique et le camping en nature. L'exposition est complétée par des maquettes de cabanes à pêche réalisées par l'architecte Bertrand Rougier qui deviennent ici œuvres d'art faisant ressortir le caractère minimaliste de ces structures.

Cette exposition sera présentée jusqu'au 6 janvier 2019.

#### 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 19 h à 21 h,  
Samedi de 13 h à 17 h.

**Prix :**      *Entrée libre*

**Lieu :**      *Centre d'exposition d'Amos  
222, Ire Avenue Est, Amos  
(819) 732-6070*

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

# Amos Centre Dentaire

## Arseneault • Martel

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

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

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



**T. 819 732-8368**

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

## INFO-SÉCURITÉ

### Saviez-vous que le radon est la principale cause de cancer du poumon chez les non-fumeurs?

Le radon est un gaz incolore, inodore et radioactif qui peut s'infiltrer chez vous. À l'extérieur, ce gaz se dilue dans l'air et ne pose pas de problème, **mais dans des espaces fermés comme votre maison, il peut s'accumuler jusqu'à atteindre de fortes concentrations et entraîner des risques pour la santé.** Une exposition prolongée au radon peut causer le cancer du poumon.

Le radon peut entrer chez vous par tout endroit où la maison est en contact avec le sol et où il y a une ouverture. Heureusement, mesurer les concentrations de radon chez vous c'est facile.

Novembre est le Mois de sensibilisation au radon. Pour en apprendre davantage sur ce gaz nocif et sur les mesures à prendre pour éviter qu'il s'infilte dans votre maison consultez le site internet suivant:

[https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/sante-environnement-milieu-travail/rapports-publications/radiation/radon-votre-maison-sante-canada-2009.html?utm\\_source=stakeholders-que&utm\\_medium=email-fr&utm\\_content=nov-2018&utm\\_campaign=radon-18](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/sante-environnement-milieu-travail/rapports-publications/radiation/radon-votre-maison-sante-canada-2009.html?utm_source=stakeholders-que&utm_medium=email-fr&utm_content=nov-2018&utm_campaign=radon-18)

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



 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! »



**Sébastien D'Astous**  
Préfet

Municipalité Régionale de  
Comté d'Abitibi  
571, 1<sup>re</sup> Rue Est  
Amos (Québec) J9T 2H3  
Tél. : 819 732-5356  
Fax : 819 732-9607  
[www.mrcabitibi.qc.ca](http://www.mrcabitibi.qc.ca)  
MRCdAbitibi

D'amour  
et d'eau pure!



**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](http://www.optilog.com/sa-peint_mobile) R.B.Q.: 8293-8762-05

## RECETTES DU MOIS

### PETITS PÂTÉS À LA DINDE

#### Ingrédients :

- 3 [pâtes à tarte](#)
- 1 conserve (284 ml) de crème de poulet
- 1 tasse (250 ml) de lait
- 2 tasses (500 ml) de dinde déjà cuite
- 2 tasses (500 ml) de légumes mélangés (Fèves, pois, carottes) \*



\*vous pouvez prendre des légumes congelés et les faire décongeler

#### Préparation :

1. Préchauffer le four à 375 °F (190 °C).
2. Utiliser un moule de 6 muffins jumbo et bien graisser avec une huile non adhérente.
3. Couper six cercles de 4 pouces et 6 cercles de 6 pouces dans votre pâte à tarte.
4. Mettre les grands cercles dans les moules.
5. Mélanger le restant des ingrédients et diviser de façon égale dans les 6 moules.
6. Couvrir avec les 6 cercles de 4 pouces. Bien sceller et couper des ouvertures de ventilation sur le dessus.
7. Faire cuire pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée et que la garniture soit chaude.

• Nombre de personnes : 6 personnes  
• Temps de préparation : 30 minutes

• Temps de cuisson : 15 minutes  
• Facile à cuisiner

Source : <https://chefcuisto.com/files/2017/11/petits-pates-dinde-624x463.jpg>



Appellez-nous pour  
prendre rendez-vous!  
**819.732.2765**

- ✓ Prélèvement sanguin (dès 7 h)
- ✓ Vaccination voyage
- ✓ Vaccination antigrippale
- ✓ Dépistage et traitement du streptocoque et de l'infection urinaire
- ✓ Dépistage ITSS
- ✓ Test ADN
- ✓ Examen et lavage d'oreilles
- ✓ Injection de médicament
- ✓ Retrait de sutures (points ou agrafes)
- ✓ Suivi et enseignement des maladies chroniques
- ✓ Services en entreprise
- ✓ Dépistage des allergies alimentaires

Marie-Eve Fortin  
Infirmière clinicienne



[www.cliniquehumanessence.ca](http://www.cliniquehumanessence.ca)  
62 rue Principale Nord, Amos

## CONSEILS PROJETS DE CONSTRUCTION

### ARMOIRES DE SALLE DE BAIN

#### UNITÉS DE RANGEMENT

**VANITÉS** Transformez l'allure de la salle de bain en remplaçant votre vanité désuète par une vanité haut de gamme de l'Ébénisterie R. N. inc. Munie d'un fabuleux comptoir, la vanité deviendra l'attrait principal de la salle de bain.



Votre résidence pourrait-elle bénéficier d'espaces de rangement additionnels? Plusieurs personnes ignorent qu'il est relativement simple d'intégrer des meubles d'entreposage à la salle de bain. Celle-ci peut par conséquent servir d'espace de rangement, en plus de servir ses fonctions habituelles. Incorporez des armoires de salle de bain murales au sein desquelles se cachent des tiroirs coulissants pouvant contenir votre planche à repasser, vos paniers à linge et bien plus encore.

#### ACCESSOIRES

Organisez davantage votre salle de bain en incorporant des accessoires novateurs au sein de vos armoires. Insérez des diviseurs dans les tiroirs pour organiser tous vos produits de beauté, installez des tiroirs à pleine extension, etc. Consultez l'Ébénisterie R. N. inc. afin de découvrir les maints accessoires pouvant être intégrés aux armoires de la salle de bain.

**Appelez-nous 819-727-9661 ou envoyez-nous un courriel [infos@ebenisteriern.com](mailto: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  
ERN  
INC.**

**Tél. : 819 727-9661**

[gcloutier@ebenisteriern.com](mailto:gcloutier@ebenisteriern.com)  
[jmcloutier@ebenisteriern.com](mailto: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](http://ebenisteriern.ca)



## LA CHRONIQUE DES MIELLEUX

Par David Ouellet, apiculteur

Enfin l'hiver qui s'installe. La nature qui a été généreuse depuis plusieurs mois se prépare maintenant pour son long repos hivernal avant de reprendre le cycle au prochain printemps. Quelle chance nous avons de vivre à cette latitude, de connaître ce cycle écologique. Cette énergie latente hivernale en nous qui se régénère tranquillement pour atteindre l'apogée au printemps quand tout se réveille, flore et faune, luminosité, chaleur. Comme il serait triste de ne vivre qu'une seule saison, qu'il fasse toujours chaud, que la nuit tombe toujours à la même heure, qu'il n'y ait pas cette période de repos intérieur qu'est l'hiver et d'explosion émotive qu'est le printemps.

Les abeilles aussi vont se reposer pour les prochains mois. Comme déjà expliqué dans une précédente chronique, les abeilles n'hibernent pas, elles restent suffisamment actives pour qu'on parle d'hivernation au lieu d'hibernation. La population d'abeilles de la colonie diminue énormément pour atteindre environ 10000 abeilles (elles sont plus de 50000 en été). Il n'y a que les femelles qui survivent pour passer l'hiver, aucun mâle ne survit à l'automne. Elles se regroupent pour former ce qu'on appelle la grappe, de forme ronde, pour maximiser la thermorégulation. Elle est de la dimension d'un ballon de basketball environ. Cette grappe va se déplacer dans la ruche tout l'hiver afin d'avoir accès aux réserves de miel faites pendant l'été. Peu importe la température extérieure, le centre de la grappe sera toujours à 20° Celsius. La dimension de celle-ci variera selon le besoin de conservation de chaleur. Les ouvrières vont se serrer les unes contre les autres de façon à garder le centre de la grappe au chaud.

La régie de rucher varie d'un apiculteur à l'autre. Nous, à la Grande Ourse, nous hivernons les abeilles à l'extérieur, mais la majorité des apiculteurs québécois hivernent les abeilles à l'intérieur, dans une chambre d'hivernement. Chacune des colonies crée une perte de chaleur d'environ 10 Watts, ce qui occasionne un surplus calorifique important. Il y a donc des systèmes de refroidissement qui sont installés afin d'éviter que les abeilles croient que le printemps est revenu à cause de la température ambiante trop élevée. Eh oui, même à -25°, ils refroidissent la pièce avec l'air extérieur et avec des systèmes frigorifiques.

Au centre de cette grappe se trouve l'individu le plus important de la ruche, la reine, celle qui coordonne le tout par sa seule présence et ses odeurs. Elle ne pond plus d'œufs en hiver, elle est en mode survie. Elle attend simplement le printemps pour reprendre sa tâche ultime, le renouvellement constant de la colonie par la ponte d'un œuf à chaque dix secondes.

Vous trouvez que c'est beaucoup de travail pour une période que j'ai qualifiée de repos, alors sachez que cette tâche en est une quand même bien moins exigeante que le travail d'été. Les abeilles d'été vivent environ 30 à 40 jours, les derniers jours de leur vie sont de loin les plus exigeants, quand elles butinent. Les abeilles d'hiver quant à elles, vont survivre à l'hiver, peu importe la longueur de celui-ci. Elles vont terminer leur vie après quelques jours de butinage du printemps.

Je vous souhaite à tous un bel hiver à s'amuser, à festoyer, mais surtout à se reposer et à prendre soin des gens importants. La boutique sera ouverte cet hiver sur réservation ou quand vous voyez quelqu'un sur les lieux. D'ici là, venez nous rencontrer au marché de Noël à Amos, le 1<sup>er</sup> décembre. En plus de tous nos produits habituels, Isabelle vous confectionne cette année des gâteaux aux fruits, panetones, torsades et pains pour cette journée magique et c'est moi qui vous accueillerai derrière le kiosque, au plaisir de vous y rencontrer.



**Raymond Chabot  
Grant Thornton**

**L'instinct de la croissance** INC

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

66, 1<sup>re</sup> 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](mailto:briere.alain@rcgt.com)

Nathalie Trottier, CPA, CA      Directrice principale  
[trottier.nathalie@rcgt.com](mailto:trottier.nathalie@rcgt.com)      Service de fiscalité

**Comptables professionnels agréés**  
Membre de Grant Thornton International Ltd

## ***SECTION DES NOUVELLES***

**VOICI LE CONTENU D'UNE PUBLICATION TRANSMISE AUX EMPLOYÉS D'AGNICO EAGLE LE 5 NOVEMBRE 2018.**

Bonjour à tous,

Comme vous le savez, Agnico Eagle est fortement engagée à travailler avec les gens de ses communautés d'accueil pour contribuer au mieux-être de ces dernières et faire une différence dans leur vie de tous les jours.

Le 9 mars 2017, l'un de nos employés de la mine LaRonde, Dominic Boutin, a malheureusement perdu la vie à la suite d'un accident de motoneige. Dominic était très impliqué dans sa communauté et avait à cœur le projet de construire un toit au-dessus de la patinoire de Saint-Marc-de-Figuery.

Ainsi, afin de permettre la concrétisation de ce projet structurant et, de fait même, rendre hommage à la contribution de Dominic de par son importante implication bénévole au sein de sa communauté, nous sommes heureux de participer au projet grâce à une contribution de 50 000 \$ de la part de Mines Agnico Eagle.

La construction devrait débuter en 2019, et ainsi permettre aux résidents de Saint-Marc-de-Figuery de profiter d'un Centre Récréatif multifonctionnel.

Merci!



*Monsieur Martin Hamel, technicien de projet et Madame Mélanie Corriveau, coordonnatrice aux relations avec le milieu tous les deux représentant de la minière Agnico Eagle en compagnie de Monsieur Jean-Claude, président du Comité des Loisirs de Saint-Marc-de-Figuery.*

## SECTION DES NOUVELLES

### **INVENTAIRE DE RAQUETTES À NEIGE À LA DISPOSITION DE LA POPULATION SAINT-MARCOISE !**

Au printemps dernier, grâce au «Programme de soutien aux activités physiques en plein air, volet hivernal» du Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, par l'intermédiaire de Loisir et Sport Abitibi-Témiscamingue, la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery a reçu une assistance financière de 1 000 \$ pour lui permettre de créer un inventaire de raquettes à neige.

Cette aide financière a permis d'acquérir trois luges et douze paires de raquettes à neige, adultes et enfants.

À l'approche de saison hivernale, nous vous informons qu'il est possible d'utiliser ces équipements gratuitement.

Présentez-vous aux heures d'ouverture de la Maison du Citoyen du lundi au vendredi de 8 h à 16 h ainsi que le mercredi de 18 h à 20 h à la période d'ouverture hebdomadaire de la Bibliothèque.

Pour plus d'informations, communiquez avec Jocelyne Bilodeau, agente de développement au 819-732-8601



**RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL**

# FONDATIIONS

# RRMG

**COFFRAGE :**

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

**LESTER P. MCNEIL  
PRÉSIDENT**

**TÉL. : 819 727-1157**

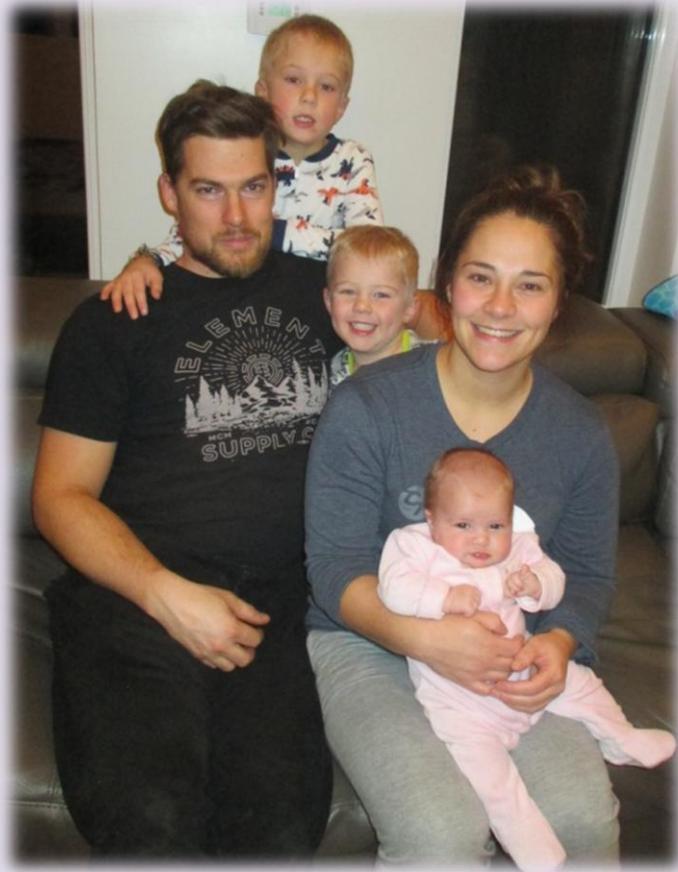
**COURRIEL : [info@fondationsrmg.com](mailto:info@fondationsrmg.com)**

## SECTION DES NOUVELLES

### ACCUEIL D'UNE PETITE SAINT-MARCOISE



*Aujourd'hui, nous vous présentons un couple qui a accueilli un troisième membre dans leur famille.*



**David Larochelle et Carole-Anne Morin avec Marion née le 27 septembre 2018 en compagnie de ses grands frères Victor et Élie.**

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 enveloppage 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



Le maître-triplet dans notre église.

## APPEL À TOUS!

### SECTION DES NOUVELLES

#### PHOTOS RECHERCHÉES

Des personnes travaillent à la mise en valeur de notre histoire locale tant par des circuits historiques ou les préparatifs d'événements tels que le 100<sup>e</sup> anniversaire de notre paroisse.

Nous faisons appel à la population afin de vérifier s'il serait possible d'emprunter vos photos afin de les numériser et de constituer les archives photographiques de notre histoire Saint-Marcoise.

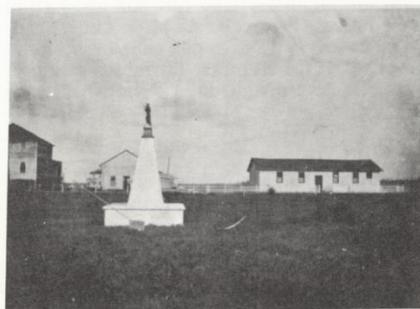
Vous avez des photos du type de celles introduites sur cette page, vous désirez contribuer à la réalisation de ce projet, contactez Jocelyne Bilodeau au 819-732-8601.



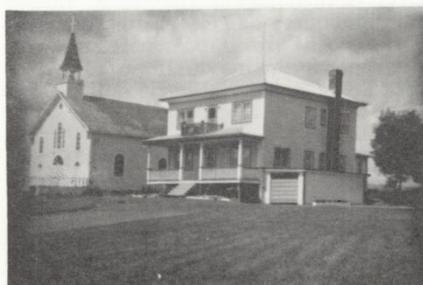
L'intérieur de l'église après sa rénovation.



Extérieur de l'église.



Le parc municipal: à gauche, une statue du Sacré-Coeur; à droite, la salle paroissiale.



Le presbytère et l'église, à cette époque.



Photo prise lors de l'ordination de M. l'abbé Odilon Boutin.



Vue extérieure de l'école-chapelle-presbytère.

# 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 NOUVELLES

# L'HEURE DU CONTE DE NOËL 12 DÉCEMBRE 2018, 19 H BIBLIOTHÈQUE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

Les enfants de 11 ans et moins ainsi que les parents des communautés de Saint-Marc-de-Figuery et La Corne sont conviés à assister à une activité inoubliable à l'occasion de la fête de Noël.

*On vous attend en grand nombre!*

## **ANIMATION SPÉCIALE CHARLIE COOL EN COMPAGNIE D'UNE RIBAMBELLE DE LUTINS**



**NOUS VOUS INVITONS À PORTER UN VÊTEMENT,  
EN PARTIE OU EN TOTALITÉ, DE COULEUR ROUGE**

**INFO : 819-732-8601**

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](mailto:sadc@sadc-harricana.qc.ca)  
[www.sadc-harricana.qc.ca](http://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 NOUVELLES

### CONCOURS DE DÉCORATION DES RÉSIDENCES À L'OCCASION DE L'HALLOWEEN

Voici les résultats !

Comme annoncé dans le Journal l'Éveil Campagnard du 24 septembre dernier, les membres du Conseil municipal invitaient, pour une 17<sup>e</sup> année, les résidentes et résidents de son territoire à décorer leurs maisons, galerie, entrée, etc. dans le cadre de la fête de l'Halloween. **Un tirage de prix de participation était prévu à cet effet.**

**Lors d'une tournée de vérification le 31 octobre 2018, les maisons qui arboraient une décoration symbolisant l'Halloween ont été inscrites automatiquement.**

Vous avez participé en grand nombre, 41 résidences étaient décorées.

Les élus(es) ont procédé au tirage au sort lors de la réunion régulière du Conseil municipal le 5 novembre dernier. Les deux prix ont été gagnés par :

**Katie Rouillard et Maxime St-Laurent**  
**Louise Guay et Birt Govig**



Au hasard, ils obtiendront soit un certificat-cadeaux de 50\$ à la Miellerie de la Grande Ourse ou un certificat-cadeaux de 50\$ au dépanneur C.D. Boutin.

*Félicitations aux gagnants.*

*Un gros MERCI à tous les citoyens qui ont participé.*

## ENTREPRISE SAINT-MARCOISE!

### 35 ANS D'EXPÉRIENCE

### DANS LE DOMAINE DE LA

### SOUDURE MOBILE ET LA

### MÉCANIQUE INDUSTRIELLE

### À VOTRE SERVICE!

Soudure et Mécanique ind

# PERRIER

**Mario Perrier**  
Propriétaire

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

**PERRIER**

Tel. 819.444.6812

Soudure mobile  
Mécanique industrielle

Industriel - Minier - Commercial - Résidentiel

perrier.m@hotmail.com

## SECTION DES NOUVELLES

### SOUPER- SOIRÉE DANSANTE DU 27 OCTOBRE 2018 !

*La 15<sup>ème</sup> édition de dégustation de bières et saucisses fut, une fois de plus, le rendez-vous automnal du plaisir. L'animation musicale de l'édition 2018 a été assurée par les «BOOMERS».*



Nous désirons transmettre des remerciements spéciaux aux membres du Groupe les Boomers qui ont apporté un soutien technique pour la réparation du réfrigérateur du bar.



C'est une centaine de personnes qui ont participé à cette 15<sup>e</sup> édition de dégustation de bières et saucisses. Merci à vous qui êtes assidus à participer année après année et qui apportez vos amis. Merci à vous qui êtes venus découvrir cette fête automnale villageoise Saint-Marcoise !

Les variétés de bières pour l'édition 2018 provenaient de la Microbrasserie La Fabrique de Matane tandis que les saucisses ont été confectionnées Au Grenier des Saveurs de Val-d'Or.



**PHOTOS SOUVENIRS**

**2 groupes:  
La Gang à Raymond Breton &  
Johanne Sabourin**



**Le groupe d'Amis de  
Marie-Andrée Marcotte!**



**Le groupe  
d'Annabelle Simard**



**Le groupe de:  
Martin Breton et  
Madeleine Lévesque**



**Le groupe  
«Accueil des Nouveaux Résidents»  
Groupe d'Amis et Parents  
d'Alisée Lemire-Lemay**



Les bénéfices de la soirée s'élèvent à de 2 020 \$. Les fonds serviront à réaliser des travaux de remise en forme de certains tronçons du trajet.

**MERCI DE VOTRE PARTICIPATION & À LA PROCHAINE !**

**Le Groupe d'Alain Alarie**



Des participants se sont investis dans l'animation de la fin de soirée, entre autre, par une ronde de chansons à répondre chanté par Messieurs Jocelyn Lantagne, Gaétan Boutin et Raymond Breton accompagné par Donald Lemire à la cuillère !



**L'organisation de la 15<sup>ème</sup> édition a pu se faire grâce  
à la participation financière des partenaires suivants :**



**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.**



**PETRO-CANADA**  
352 6<sup>e</sup> Rue Ouest  
Amos (Québec) J9T 2T6  
819-732-3235



**La réussite de cet événement permettra de faire des investissements sur l'entretien  
et l'amélioration du trajet multi-usages Saint-Marcois. MERCI À TOUS !**



La réussite d'un tel événement est aussi basée sur une grande participation citoyenne. Ce sont 14 personnes qui ont fait un travail de fée et de moine dans la préparation des aliments, de la décoration de la salle, le service du repas et toutes autres tâches qui permettent de rendre le souper et la soirée unique. Les membres du Comité tiennent à



transmettre des remerciements spéciaux à tous les bénévoles qui ont fait un excellent travail.

**Mille mercis à :**

<i>Équipe préparation événement et services</i>		<i>Équipe d'hôtes et d'hôtesse</i>		<i>Équipe du Bar</i>
Suzanne Lafrenière	Thérèse Lemay	Jacques Riopel	Thérèse Lemay	Donald Lemire
Jocelyne Bilodeau	Jocelyn Bérubé	Suzanne Lafrenière	Jocelyne Bilodeau	Jérémy Bérubé
Marie-André Marcotte	Adélie et Mila Boutin	Yoanick Morin	Alisée Lemay-Lemire	Pascal Rivest
Jérémy Bérubé	Yoland Roy	Aude-Marie Limoge		Yoland Roy

## ACCUEIL DE NOUVEAUX RÉSIDENTS

Nous avons profité de cette occasion pour accueillir des nouveaux résidents. Les remises financières et des sacs cadeaux d'accueil ont été faits par Madame Thérèse Lemay, conseillère municipale et Monsieur Bernard Cloutier, vice-président de la Corporation de développement. Ils ont été accueillis :



▲ Madame Maryse Doyon et  
Monsieur Camil Bilodeau



▲ Madame Lyne Berthiaume et  
Monsieur Christian Lavoie

Les remises du programme de développement domiciliaire local est fait grâce à la collaboration de partenaires privés tels que; le Dépanneur C.D. Boutin et la Miellerie la Grande Ourse.

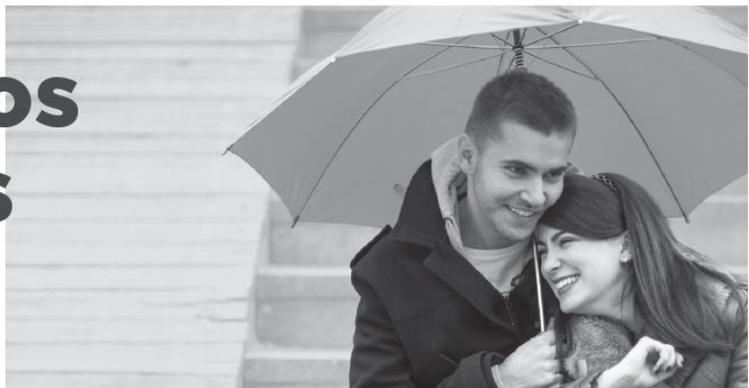
## Protégez vos placements

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

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

2, 10<sup>e</sup> 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.labbe@agc.inalco.com

ia.ca

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.

P15272S

## SECTION DES COMMUNIQUÉS

**OUVERTURE D'ENTREPÔT**  
**6 - 7 - 8 DÉCEMBRE 2018**  
Jeudi - Vendredi: 9h à 21h  
Samedi: 9h à 17h

**On vous attend!**  
161, Principale Sud Amos 819-732-2721

La Petite Boutique  
d'AMOS



## 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 2018

**Heure :** 11 h

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



*Marché de Noël*

**DIMANCHE  
LE 2 DÉCEMBRE  
De 10 h à 16 h**

*Sous le Dôme  
de La Corne*



**criminel et pénal, famille,  
protection de la jeunesse,  
jeunes contrevenants, travail**

## Les membres de l'équipe de professionnels sont :

*Me Julie Auger*

*Me Alexandra Bourgeois*

*Me Daniel Brière-Desfossés*

*Me Marc-Olivier Langlois*

4, rue Principale Nord, bureau 102, Amos (Québec) J9T 2K6

Téléphone : 819-732-1698

Télécopieur : 819-732-7513

Site Internet : [pelletiermartineauavocats.com](http://pelletiermartineauavocats.com)

## SECTION DES COMMUNIQUÉS



### CHORALE de NOËL!



Nous voilà de retour avec décembre qui est tout près, la belle neige et tous nos préparatifs.

Nous venons donc vous inviter à venir vous joindre à nous pour les pratiques de chant qui s'alterneront entre les dimanches à 13 h et les mardis à 19 h (cela est à confirmer et à arrimer avec les choristes selon leurs

disponibilités). Tous ceux et celles, jeunes, moins jeunes, musiciens ou non, venez partager cette belle énergie qui se dégage du chant choral. Chanter c'est bon pour le moral, la santé, abaisser le stress, pour ne nommer que quelques bienfaits ici. Faire l'expérience en vaut vraiment la peine. À la fois ce sont de beaux échanges, des fous rires, et quelle valorisation !

Il est très agréable d'écouter et d'entendre une belle chorale, par contre, il est *tout aussi intéressant* d'en faire partie, parlez-en aux choristes.

Comme on dit souvent, ça ne prend que votre sourire et votre bonne humeur...

La messe étant à 20 h le 24 décembre de cette année, nous commencerons à l'avance avec un petit concert, environ 30 minutes avant le début de la messe, histoire de nous mettre dans l'ambiance.

J'attends vos téléphones en grand nombre et n'ayez crainte les places ne sont pas limitées.

Lucie Rivard  
Responsable et chef de chœur  
819 732-2433



## Célébrations des fêtes autour du MONDE



Dimanche 2 décembre 2018  
13h @ 16h30

**Places limitées**

Salle du club de curling d'Amos (182, 10e Avenue Est, Amos)  
Coût d'entrée : un sourire

- Activités
- Musique
- Dégustation de collations sucrées/salées de plusieurs pays
- Et un invité surprise...

Comité d'accueil des  
nouveaux arrivants



**Inscription obligatoire avant le 23 novembre**

Maison de la famille d'Amos  
819-727-2054  
192, 2e Avenue Ouest, Amos



Avec la participation financière de :



# Vap-T

Tabagie électronique

## IDÉES CADEAUX À MOINS DE 10\$



Jusqu'à épuisement des stocks

[vapo-t.ca](http://vapo-t.ca)

**Passez en magasin voir notre  
grande variété**

60 Rue Perreault E,  
Rouyn-Noranda, QC  
819 277-7682

541 Rue de l'Harricana,  
Amos, QC  
819 732-8276

436, 2e Rue E,  
La Sarre, QC  
819 301-0093

## SECTION DES COMMUNIQUÉS

### Repères selon les stades d'évolution de l'Alzheimer

Repères	Stade léger	Stade modéré	Stade avancé
<b>Mémoire</b>	Pertes de mémoire : oublis/événements récents; difficulté à apprendre	Mémoire à court terme fortement diminuée	Perte des souvenirs : atteinte de la mémoire à long terme
<b>Orientation</b>	Début de désorientation temps/espace : difficulté à se souvenir (jour, date)	Désorientation de + en + importante : difficulté à reconnaître parents et amis	Désorientation complète : incapacité de reconnaître et dire le nom
<b>Attention concentration</b>	Difficulté : répétition occasionnelle des mêmes questions	Difficulté beaucoup plus importante : répétition plus fréquente	Incapacité
<b>Communication</b>	Légers problèmes : trouver le mot juste, suivre une conversation	Problèmes plus importants : langage, perception, lire, écrire	Grande difficulté : peu ou pas de conversation, perte de la parole
<b>Personnalité</b>	Changements légers des comportements	Changements plus marqués	Changements profonds
<b>Humeur</b>	Brusques changements (colère, frustration, dépression)	Périodes d'agitation, d'anxiété ou d'apathie, sautes d'humeur	Prolongation des périodes d'apathie, de sommeil
<b>Fonctionnement social</b>	Retrait, manque d'initiative	Difficultés : habiletés sociales, oubli des convenances, incapacité à rester seul	Repliement sur soi
<b>Activités de vie quotidienne (AVQ)</b>	Difficulté à réaliser et terminer des tâches courantes : gérer son budget, ranger ses objets et les retrouver	Perte d'autonomie : besoin d'aide	Perte très importante, parfois totale, difficulté à manger et à avaler
<b>Soins d'hygiène</b>	Moins d'attention	Relâchement plus apparent	Assistance complète
<b>Contenance</b>		Début perte de contrôle	Incontinence, alitement, dépendance

Marielle Rioux, intervenante sociale

819 727-5555

Support aux Aînés de l'Harricana et Société Alzheimer MRC d'Abitibi- Amos

**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 DES COMMUNIQUÉS

### DÉLICES DE TANYA (LES JARDINS KOJA)

- ✓ Gâteau aux fruits : 17\$ chacun ou 2/ 30\$
- ✓ Cherry blossoms : 10\$ /12
- ✓ Reese (petits) : 10\$ /12
- ✓ Macarons sans coconut : 14\$ /20
- ✓ Galettes à la mélasse : 14\$ /22
- ✓ Galettes beurre d'arachides : 15\$ /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 : 16\$ / 22
- ✓ Biscuits arc-en-ciel : 16\$ /24
- ✓ Gâteau Reine-Élizabeth : 15\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ «Œufs Cadbury» (petits moules) : 12\$ / 12
- ✓ Pouding chômeur : 14\$ / moule de 9x9 pouces
- ✓ Biscuits pépites choco. et pouding vanille : 16\$ / 22
- ✓ Croustade aux pommes : 14\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Pain bananes : 12\$ /sans noix ... 14\$ /avec noix
- ✓ Nanaïmo : 19\$ / moule de 8x8 pouces
- ✓ Pâté à la viande : 15\$ /pâté 9 pouces
- ✓ Pâté mexicain : 18\$ /pâté 9 pouces
- ✓ AUTRES !!!!!!!



**Tanya Carrier**

(St-Marc)

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

819-444-8110

Facebook : Les jardins Koja

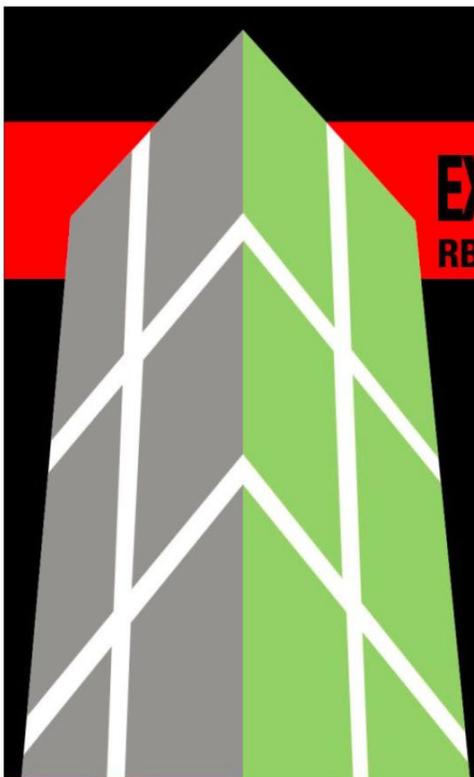


*Fleurs, Cadeaux, Plantes,  
Encadrements, Emballages...*

*Sylvie Fleuriste*

**Sylvie Rouillard  
Propriétaire**

82, 1<sup>ère</sup> Avenue Est, Amos (Québec) J9T 2B2  
Téléphone : 819-727-4747 - Télécopieur : 819-727-4047  
srouillard@sylviefleuriste.com



## **EXTRÊME CONSTRUCTION MODULAIRE LTÉE**

**RBQ : 5724-0293-01**

**Entrepreneur général • Rénovation  
Résidentiel • Commercial • Industriel  
Location de main-d'oeuvre**

**Construction sur place  
selon vos besoins :  
modulaire, par panneaux, etc.**

**Plancher de béton à l'époxy  
Résidentiel • Commercial**

**819 732-3633**

**Sans frais : 844 732-3633**

**info@ex-construction.com**

**Saint-Marc-de-Figuery (Qc)**

**J0Y 1J0**



**PARTENAIRE**

**LOCUSi.com**



# SECTION DES COMMUNIQUÉS



Distinctif

Unique

Élégant

**Micro-Maisons • Maisons unifamiliales  
Maisons en rangées • Condominiums**



Gary Kerr tél.: (819) 266-8488

Ricky Boulanger Tél.: (819) 727-6517 (soir)

Saint-Marc-de-Figuiery



- À 15 minutes d'Amos • À 40 minutes de Vald'Or • Accès au lac • Accès aux sentiers de vélo, de marche, de ski de fond, de moto neige, de raquettes • Terrains incluant pelouse
- Champ d'épuration • Fosse septique • Puits artésien

Courriel : [lesbergesdefiguiery@gmail.com](mailto:lesbergesdefiguiery@gmail.com)



RBQ : 5708-1853-01

## SECTION DES COMMUNIQUÉS



### L'HEURE DU CONTE DE NOËL



Mercredi le 12 décembre 2018, 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 6 décembre 2018** 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

# STRATÉGIES FOCUS 50 ANS ET PLUS



## PAS À PAS VERS L'EMPLOI

Un seul numéro pour Amos et Val-d'Or

1 877 825-1032

Canada Québec



C'EST GRATUIT!

Date limite des inscriptions :  
14 décembre 2018  
Places limitées

## BINGO des FÊTES

La Fabrique St-Benoît vous invite à son  
BINGO DINDES

Samedi le 1er décembre  
dès 19h30

Bienvenue aux petits et grands

Apportez vos marqueurs



**Découpe à forfait**  
**Vente de boeuf**

Tel/fax : 819 732-8395

Cell. : 819 444-6512

### Location mini-entrepôts

Isolés, éclairés et sécurisés  
Accessible en tout temps



Résidentiel et commercial



Venez entreposer vos biens: meubles, auto, bateau, VTT,  
accessoires saisonniers, documents importants...

Chemin du Moulin  
Amos

immeubleslogication@outlook.com

(819) 442-1159

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

## SECTION DES COMMUNIQUÉS

### Esthétique Nancy Harvey

NOUVEAU SERVICE BOUTIQUE EN LIGNE : [www.diaderme.ca](http://www.diaderme.ca)



Des résultats visibles dès  
le premier  
traitement

#### Les traitements IPL (lumière intense pulsée)

Femme/Homme

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

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

#### Photo-épilation :

Réduction permanente des poils

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

#### Photo rajeunissement :

Pour traiter les séquelles des

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

Prenez rendez-vous : 819-727-1960



#### Produits Haut Gamme Nelly De Vuyst

- Facial
  - Soin étudiant
  - Soin pureté
  - Soin désincrustant
  - Soin équilibrant
  - Soin purifiant
  - Soin oxygénant
  - Soin liftant
- Soin corporel
  - Exfoliation Sel Mer Morte
  - Traitement cellulite
  - Traitement détoxifiant
  - Traitement réénergisant
  - Traitement relaxant
  - Traitement circulatoire jambes
  - Soin du dos
- Consultation
- Massage cou/visage/tête
- Certificat cadeau

## SECTION DES COMMUNIQUÉS

### Saviez-vous que...

*Note : ces données sont extraites du Plan d'action ministériel en santé et bien-être des hommes 2017-2022, dévoilé par le ministre Gaétan Barrette le 22 août 2017*

En 2013-2014, trois hommes de 18 ans et plus sur cinq étaient en surpoids comparativement à deux sur cinq chez les femmes. (Statistique Canada, 2016)

Les hommes sont plus susceptibles que les femmes d'être fumeurs, consommateurs de drogues et d'avoir des problèmes de jeu; la consommation excessive d'alcool est également un problème qui les concerne davantage. (Institut de la statistique du Québec, 2012)

En 2015, les hommes représentaient 76% des personnes en situation d'itinérance à Montréal. (Latimer, Éric, et autres, 2015)

Le décrochage au secondaire est une problématique qui affecte davantage les garçons. En 2012-2013, 21,9% des garçons fréquentant l'école publique la quittaient sans diplôme ni qualification comparativement à 13,9% des filles. (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2015)

En 2012, près d'un garçon sur trois et d'une fille sur cinq fréquentant la maternelle étaient vulnérables dans au moins un des cinq domaines de développement : santé physique et bien-être, compétences sociales, maturité affective, développement cognitif et langagier, habiletés de communication et connaissances générales. (Institut de la statistique du Québec, 2016)

Chez les enfants âgés de 3 à 14 ans, presque trois fois plus de garçons que de filles avaient reçu un diagnostic de trouble déficitaire de l'attention (avec ou sans hyperactivité), soit 12,8%. (Institut de la statistique du Québec, 2008)

En 2014, environ deux victimes de lésions professionnelles sur trois étaient de sexe masculin. (Commission de la santé et de la sécurité du travail (Commission de la santé et de la sécurité du travail, 2016)

En 2014, 81,7% des nouveaux cas d'infection par le VIH diagnostiqués étaient des hommes. (Institut national de santé publique du Québec, 2014)

En 2007, 43,9% des nouveaux prestataires du Régime québécois d'assurance parentale (RQAP) étaient des hommes. Cette proportion a augmenté à 46,6% en 2015. (Conseil de gestion de l'assurance parentale, 2007)

En 2009, le nombre annuel de décès reconnus à la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail était de 178 chez les hommes et de 7 chez les femmes. (Institut de la statistique du Québec, 2010)

Les décès par suicide touchent davantage les hommes que les femmes. En 2013, selon les données provisoires, le taux de suicide était 3,4 fois plus élevé chez les hommes que chez les femmes. (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2016)  
Les garçons seraient moins enclins « à reconnaître, à admettre et à révéler l'agression sexuelle dont ils ont été victimes ». (Statistique Canada, 2014)



ENSEMBLE POUR LA SANTÉ  
ET LE BIEN-ÊTRE DES HOMMES



Regroupement  
provincial  
en Santé  
et Bien-être  
des Hommes

[www.rpsbeh.com](http://www.rpsbeh.com)

## SECTION DES COMMUNIQUÉS

**HORAIRE – DÉCEMBRE 2018**

**LOCAL DE SANTÉ**

**SAINT-MARC-DE-FIGUERY**



*Près de chez vous  
Avec vous !*

**Infirmière : Guylaine Bisson**

🕒 **mercredi 5 décembre:**

- Vaccination enfants en avant-midi et après-midi

🕒 **jeudi 6 décembre:**

- 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 20 décembre:**

- Consultation au local de santé (13 h à 15 h)

**Intervenante sociale sur rendez-vous \***

\* Veuillez s.v.p. prendre rendez-vous au 732-3271.

Merci!

**LOCAL DE SANTÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY**

Maison du Citoyen  
10, AVENUE MICHAUD, 2<sup>ième</sup> ÉTAGE

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

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

🕒 **lundi 3 décembre :** Landrienne  
🕒 **mardi 18 décembre :** La Corne

<http://mondesansfumeec.ca/la-problematique/vous-voulez-cesser-de-fumer/>



**ÉCOLE DE CIRQUE**  
122, 6<sup>e</sup> Avenue Ouest  
Amos (Québec) J9T 3Z3  
819-727-1098

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

\*certaines conditions s'appliquent



## CONTACT AVEC L'ÉTAT

### L'hiver arrive: quelques rappels



**Ça y est, le Québec passe progressivement sous la barre du zéro degré! Voici quelques rappels pour bien vous préparer à l'hiver.**

#### **Pneus d'hiver: dès maintenant!**

À partir du 15 décembre, les pneus d'hiver sont obligatoires pour les automobilistes québécois. Oui, mais la neige tombe déjà au Québec, alors n'attendez plus! De plus, en vous y prenant dans les derniers jours, vous risquez d'être confronté à des garages saturés par la demande et d'être en retard sur la date légale.

**Dès 2019, cette date légale sera déplacée au 1<sup>er</sup> décembre.**

Source : <https://www.educaloi.qc.ca/>

#### **Abri temporaire: dans les règles!**

Pour éviter de déneiger sans arrêt votre auto, vous serez nombreux à installer un abri temporaire sur votre stationnement. Mais en avez-vous le droit? En fait, vous devriez d'abord vous renseigner auprès de votre municipalité. Plusieurs règles existent concernant :

- les dimensions de l'abri
- la période légale pour l'installer
- la nécessité d'un permis : dans certaines municipalités, il est obligatoire!

#### **Chauffage: quelle température?**

Votre bail prévoit parfois que le chauffage est inclus dans le loyer? Quel que soit le temps dehors, le propriétaire doit veiller à ce que la température dans l'appartement soit adéquate. Même si la loi ne prévoit pas de degré minimal de température, la Régie du logement reconnaît qu'elle doit rester en haut d'un certain seuil (environ 21 degrés Celsius) dans des conditions climatiques normales.



NOTAIRES

22, 1<sup>re</sup> Avenue Ouest, bureau 301,  
**Amos** (Québec) J9T 1T8  
T. 819.732.2812. F. 819.732.7951

855, 10<sup>e</sup> Avenue,  
**Senneterre** (Québec) J0Y 2M0  
T. 819.737.2747 F. 819.737.5027

**PME INTER Notaires**  
**ABITIBI inc.**  
Notaires & conseillers juridiques

#### *Services professionnels :*

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

Me Michel Lantagne    Me Sébastien Banville-Morin    Me Gabrielle Morin  
Me Martine Corriveau    Me Catherine Pomerleau    Me Claudine Bérubé  
Me Valérie St-Gelais    Me Annabelle Lefrançois    Me Pamela Trottier-Poirier  
Me Jonathan Lavergne

[www.pmeinter.com](http://www.pmeinter.com)

[pmeinter@notairesabitibi.com](mailto:pmeinter@notairesabitibi.com)

*Une étude de dix (10) notaires à votre service*

# ÉQUIPEMENT AMOS LTD

SINCE 1961

Camions - INTERNATIONAL - Pièces

**819 732-3331**

Consultez notre site internet : [www.equipementamos.com/home.aspx](http://www.equipementamos.com/home.aspx)  
Communiquez avec nous par courriel au : [ealrenet@lino.com](mailto: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 2018



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					1	2  <i>Messe 9 h 30</i>
3  Réunion publique du Conseil municipal, 19 h 30  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	4  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	5  <b>Services du CLSC :</b> <b>au 10, avenue Michaud :</b> Vaccination enfants en a.m. et p.m.  Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30  Biblio, 18 h à 20 h  Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	6  <b>Services du CLSC :</b> <b>au 10, Avenue Michaud:</b> Prise de sang : 8 h 30 à 9 h 30 Consultation : 9 h 30 à 11 h Présence à l'école en p.m.  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	7  Bureau municipal fermé	8	9  <i>Messe 9 h 30</i>
10  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	11  <i>Tombée des textes journal</i>  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	12  Biblio l'Heure du Conte 19h  Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30  Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	13  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	14  Bureau municipal fermé	15	16  <i>Messe 9 h 30</i>
17  <i>Sortie du journal</i>  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	18  Réunion du Conseil de Fabrique, 19h  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	19   Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	20  <b>Services du CLSC :</b> <b>au 10, Avenue Michaud:</b> Consultation : 13 h à 15 h  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	21  Bureau municipal fermé	22	23  <i>Messe 9 h 30</i>
24 <i>Messe de Noël</i> 20 h 	25 <i>Joyeux Noël</i>  Bureau municipal fermé	26  Bureau municipal fermé	27  Bureau municipal fermé	28  Bureau municipal fermé	29	30  <i>Messe 9 h 30</i>
31  Bureau municipal fermé	1  <i>Bonne Année!</i> Bureau municipal fermé	2  Bureau municipal fermé	3  Bureau municipal fermé	4  Bureau municipal fermé	5	6  <i>Messe 9 h 30</i>

# *NOUS POUVONS VOUS AIDER :*



*Passeports*

*Immigration  
et citoyenneté*

*Assurance-emploi*

*Crédit d'impôt pour  
personnes handicapées*

*Prestation fiscale  
pour enfants*

*Programme d'aide  
financière*

*Revenu Canada*

*Service Canada  
et RHDCC*

*Services aux aînés*

*Félicitations pour des  
événements importants  
et anniversaires*

***Christine Moore*** | **Députée d'Abitibi-Témiscamingue**

554, 1<sup>re</sup> avenue Ouest, Bureau 101, Amos (Québec) J9T 1V3  
www.christinemoore.npd.ca • christine.moore@parl.qc.ca  
819 732-2266 • 1 800 567-6433

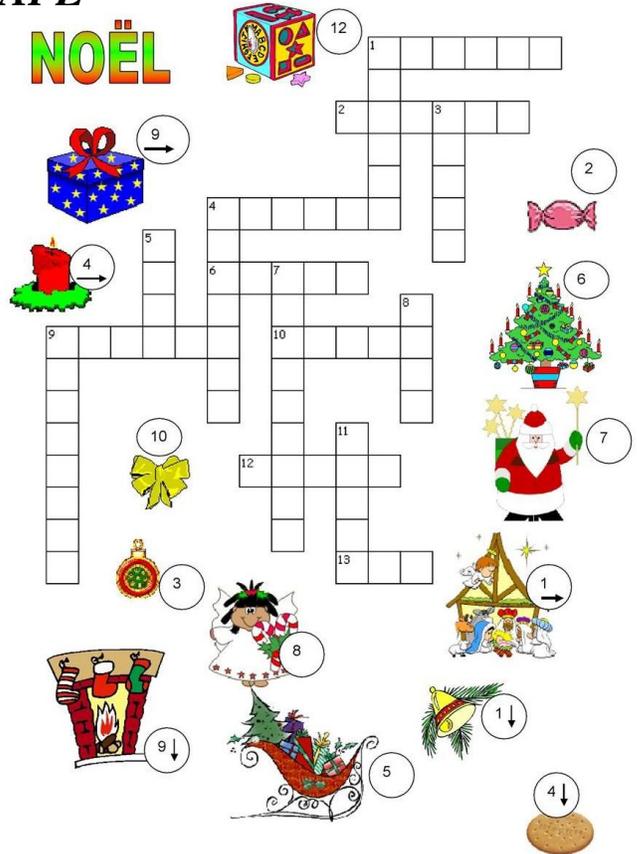




Colore-moi

# PAUSE CAFÉ

## NOËL



# 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

tels que : pneus et treuils portatifs



beachcomber  
HOT TUBS



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

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

Courriel : [info@locationlla.com](mailto:info@locationlla.com) - Site Internet : [www.locationlla.com](http://www.locationlla.com)

Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

Cartes d'affaires :	5 \$/mois	50 \$/année
Un quart de page :	8 \$/mois	80 \$/année
Demi-page :	12 \$/mois	120 \$/année
Page entière intérieure:	15 \$/mois	150 \$/année
Page entière couverture intérieure:		200 \$/année
Page entière couverture extérieure:		300 \$/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, 40 \$/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 :

Marie-Marthe Boutin,  
responsable de la section paroissiale  
819-732-8427

Céline Dupras, 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)  
JOY 1J0  
Téléphone: 819-732-8601  
Télécopieur: 819-732-4324

Courriel: [mun.stmarc@cableamos.com](mailto: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 2018	23 janvier 2018	29 janvier 2018
Février 2018	20 février 2018	26 février 2018
Mars 2018	20 mars 2018	26 mars 2018
Avril 2018	24 avril 2018	30 avril 2018
Mai 2018	22 mai 2018	28 mai 2018
Juin 2018	19 juin 2018	26 juin 2018
Juillet 2018	17 juillet 2018	23 juillet 2018
Août 2018	21 août 2018	27 août 2018
Septembre 2018	18 septembre 2018	24 septembre 2018
Octobre 2018	23 octobre 2018	29 octobre 2018
Novembre 2018	20 novembre 2018	26 novembre 2018
Décembre 2018	11 décembre 2018	17 décembre 2018

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<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> 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



331, rue Principale Sud

Amos (Québec)

Téléphone :

Télocopieur :

Adresse électronique:

Site Internet :

J9T 2J8

819-732-5247

819-732-5268

[thibault@cableamos.com](mailto:thibault@cableamos.com)

[www.thibaultchrysler.com](http://www.thibaultchrysler.com)



Mario Collin, concessionnaire en titre



# 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](mailto:info@mielgrandeourse.com) /  
[www.mielgrandeourse.com](http://www.mielgrandeourse.com) / 391 route 111, St-Marc-de-Figuery, QC J0Y 1J0