



SAINT-MARC-DE-FIGUERY

«Ensemble pour construire l'avenir»

L'ÉVEIL CAMPAGNARD



Volume 17, numéro 10, 30 octobre 2017

LE 11 NOVEMBRE PROCHAIN

Vous êtes attendus en grand nombre à la 14^e édition
de l'événement bières et saucisses à la Saint-Marcoise

SOUPER – THÉÂTRE ✦ SOIRÉE DANSANTE

D'amour
et d'eau pure!



Chaque saison apporte son flot de divertissements...

communautaires, sociaux, scolaires,
à vous de choisir de suivre
le courant!





51, 10^e Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1W9

Téléphone : 819-732-5995

Télécopieur : 819-732-1949

www.hyundaiamos.com

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

VENEZ VOIR LES NOUVEAUX MODÈLES 2017 SUR PLACE !

Santa Fe



Tucson



Elantra



TABLE DES MATIÈRES

Auteur des photos de la page couverture: Jocelyne Bilodeau

Table des matières & Pensées du mois.....	3
Section paroissiale.....	4 à 8
Section municipale/Info-budget/Info-citoyen.....	9 à 12
Info-agente de développement.....	13
Info-recyclage.....	14
Info-environnement.....	15
Info-biblio.....	16
Info-pompier.....	17
Info-santé.....	18
Info-jeunesse.....	19
Info-scolaire.....	20
Info-parents.....	21
Info-aînés.....	22
Info-culture.....	23
Recette du mois.....	24
De la terre à la table.....	25
Conseil projets construction.....	26
Section des nouvelles.....	27 à 30
Section des communiqués.....	31 à 48
Contact avec l'état.....	49
Calendrier détachable.....	51
Pause café.....	53

PENSÉES DU MOIS

Mes erreurs m'ont fait avancer, mes douleurs m'ont rendue plus forte. Je n'ai pas changé, je n'ai rien oublié. J'ai juste avancé.

Fréquente des gens heureux, optimistes et chanceux. C'est contagieux.

Nul ne peut attendre l'aube sans passer par le chemin de la nuit. –
Khalil Gibran

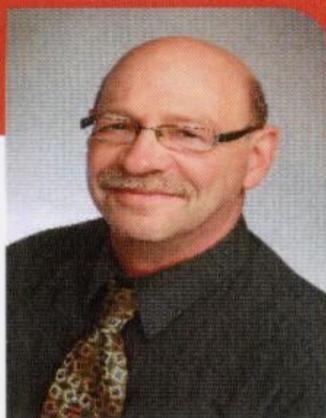
Je pense à toi qui es là-haut. Je te dis que tout va bien, sauf que ma vie ne sera jamais la même sans toi. Tu me manques énormément.

Si tu ne changes rien, rien ne changera.

Il y a un temps pour être gentil et un temps pour se dire : ÇA SUFFIT.

On dit souvent que le temps guérit les blessures. Les blessures demeurent intactes. Avec le temps, notre esprit recouvre ces blessures de bandages afin de mieux nous protéger. La douleur diminue, mais elle ne disparaît jamais.

Source : <http://lesbeauxproverbes.com>



JEAN-PIERRE NAUD

Courtier immobilier agréé

www.jeanpierrenaud.com

jeanpierrenaud@royallepage.ca

819-444-7085 (Cellulaire)

819-727-4444 (Bureau)

www.royallepagelimoges.ca



Royal LePage Limoges & Ass.

55, 1^{ère} Avenue Ouest,
Amos, QC J9T1T7

SECTION PAROISSIALE



INTENTIONS DE MESSES :

Dimanche 5 novembre – 9 h 30 :

Aimé Leblanc
Offrande au service

Dimanche 12 novembre – 9 h 30 :

Alain Dubois
Offrande au service

Dimanche 19 novembre – 9 h 30 :

Dominic Boutin
Offrande au service

Dimanche 26 novembre – 9 h 30 :

M. l'abbé Charles-Auguste Boulet
Succ. Charles-Auguste Boulet

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 5 novembre :

Gérard H Boutin / Intentions personnelles

Semaine du 12 novembre :

Mariette et Rosaire Fortin / Intentions personnelles

Semaine du 19 novembre :

Rose-Emma Dupuis / Intentions personnelles

Semaine du 26 novembre :

Rose-Emma Dupuis / Intentions personnelles

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

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

Vendredi, le 3 novembre prochain, à 13 h 00, l'abbé Philbert viendra célébrer l'Eucharistie à l'occasion du 1^{er} Vendredi du Mois. Un temps d'adoration suivra jusqu'à 14 h 00.

Invitation spéciale est faite à chaque paroissien(ne)

FABRIQUE :

Quêtes et revenus du 1^{er} au 31 août 2017 :

Prions :	15,55 \$
Lampions :	47,50 \$
Quêtes :	240,05 \$
Location de salle :	60,00 \$
Capitation 1 ^{er} janvier au 31 juillet 2017:	1 805,00 \$

Ménage :

Nous sommes à la recherche d'une personne qui serait intéressée à faire le ménage de la salle Mgr Duchemin (sous-sol de l'église) après chaque location de salle.

Vous pouvez contacter Estelle Périgny au :
819-732-4030.

Le conseil de fabrique

SONT PARTIS VERS LA MAISON DU PÈRE :

YVETTE PAQUETTE BEAUSOLEIL : Décédée le 16 octobre 2017, à La Maison du Bouleau Blanc d'Amos, à l'âge de 89 ans. Elle était l'épouse de feu Gérard Beausoleil et domiciliée à Amos. Les funérailles ont eu lieu le 21 octobre dernier en l'église de Saint-Marc-de-Figuery.

Yvette Paquette Beausoleil était la fille de feu Arthur Paquette et de feu Marie-Jeanne Sansfaçon pionniers de Saint-Marc. Elle était la mère de Jacqueline (Gabriel Lantagne), la belle-sœur de Marie-Paule Beausoleil (feu Roland Boutin) de Saint-Marc, ainsi que la grand-mère et l'arrière grand-mère de plusieurs petits-enfants et arrière-petits-enfants de notre paroisse.

SŒUR GRACIA TESSIER, f.d.l.s. : Décédée le 16 octobre 2017, à l'infirmerie de la maison des Filles de la Sagesse à Ottawa, à l'âge de 94 ans. Les funérailles ont eu lieu le 20 octobre dernier en la chapelle des Filles de la Sagesse à Ottawa. Elle était la fille de feu Narcisse Tessier et de feu Laura Desroches.

Sœur Gracia Tessier n'est pas née à Saint-Marc; elle y est arrivée jeune avec sa famille et y demeurait quand elle est entrée dans la communauté des Filles de la Sagesse le 4 juillet 1939. Elle a travaillé dans le domaine de l'enseignement et s'est dévouée pendant plus de dix ans auprès de jeunes sourds-muets à Montréal, oeuvre chère aux Filles de la Sagesse.

La communauté de Saint-Marc sympathise avec les familles touchées

BAPTISÉE EN JÉSUS :

Le 1^{er} octobre 2017 a été baptisé en l'église de Saint-Marc-de-Figuery, par le diacre Mario Coulombe :

~ **Gabrielle Pomerleau,**

filie de Patricia Bizier (originaire de Saint-Marc) et de David Pomerleau d'Amos.

Que l'arrivée de cette enfant soit une bénédiction!

Vœux de bonheur aux parents!

CATÉCHÈSE POUR LES ÉLÈVES DE 1^{re} ET 2^e ANNÉES :

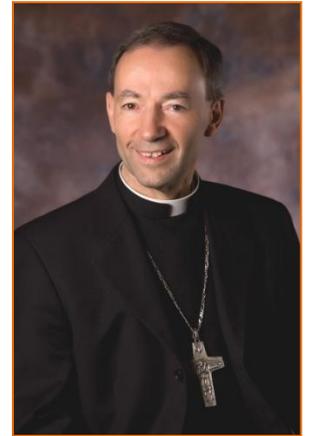
Pour l'année scolaire 2017-2018, Sonia Lefebvre et Eugénie Côté sont responsables de l'animation de la catéchèse « Laisse-moi te raconter 1 » et « Laisse-moi te raconter 2 », pour les élèves de 1^{re} et 2^e années.

L'an passé les enfants de 1^{re} année n'ont pas reçu cette catéchèse. C'est pourquoi cette année, une semaine « Laisse-Moi te raconter 1 » sera donnée aux 2 groupes d'enfants en même temps et la semaine suivante la catéchèse de « Laisse-moi te raconter 2 » ne sera donnée qu'aux enfants de 2^e année.

Bien vouloir vous référer au calendrier dans l'Éveil Campagnard
Les dates sont inscrites

NOTRE ÉVÊQUE, MGR GILLES LEMAY, NOUS PARLE... (2)

Le mois dernier, nous prenions connaissance de l'introduction de la lettre pastorale de notre évêque pour l'année 2017-2018, dont le thème est « **La mission, une spiritualité et un devoir** ». Ce mois-ci, nous verrons en partie que...



1.- La Mission est une spiritualité. Dans la mission comme dans la moisson. Le psaume 126 nous rappelle quelque chose de fondamental : « Si le Seigneur ne bâtit la maison, les bâtisseurs travaillent en vain. » En ce qui concerne la pastorale, nous devons reconnaître ceci : l'Esprit Saint est celui qui fait produire des fruits à ce que nous faisons.

- C'est lui qui touche les cœurs, le nôtre et celui des personnes à qui nous nous adressons.
- C'est lui qui fait passer une activité qui peut être routinière à une semence de foi, une rencontre purement humaine à une opportunité de rencontre avec Jésus.

Il nous permet de faire le lien entre

- ❖ de l'affection donnée à une personne et la tendresse de Dieu.

Il fait la différence entre

- ❖ « écouter la Parole » distraitement et l'oublier aussitôt
- ❖ et « accueillir la Parole » et la méditer dans son cœur à l'exemple de Marie, la Mère de Dieu.

Ce qui est à souligner ici est l'importance d'une **spiritualité missionnaire**.

~ L'archevêque de Manille, vient de déclarer qu'en relisant l'Exhortation du Pape François, La Joie de l'Évangile, il a découvert que **la mission n'est pas seulement un devoir, mais une spiritualité**.

~ Selon le Pape François, **la spiritualité missionnaire** est l'ouverture à l'Esprit Saint, le discernement de sa volonté, de son action. L'Église lui obéit, elle fait seulement ce qu'il suggère.

~ Pour sa part, le bienheureux Paul VI disait que l'Esprit Saint est l'agent principal de la nouvelle évangélisation, tandis que Saint Paul affirmait que « sans l'Esprit Saint, personne ne peut dire Jésus-Christ est Seigneur ». Il dit aussi aux Romains : « Qui n'a pas l'Esprit du Christ ne lui appartient pas »; et encore « tous ceux qu'anime l'Esprit de Dieu sont fils de Dieu. [...] Nous avons reçu un esprit de fils adoptif qui nous fait nous écrier : Abba! Père! »

Le mois prochain, nous verrons la suite de...

1.- La Mission est une spiritualité et... la 1re partie de...

2.- La Mission est un devoir.

Communiqué de l'Évêché :

1.- ÉÉSA : Ressourcement (11 novembre)

ON SE SOUVIENT... ON VA PLUS LOIN

L'École d'Évangélisation Saint-André t'invite à venir participer à une journée de ressourcement qui se tiendra à Amos, au sous-sol de l'église du Christ-Roi, **samedi le 11 novembre 2017 (9 h 00 à 16 h 00)**.

Tu auras l'occasion de rencontrer ceux et celles qui ont vécu des sessions et être embrasé à nouveau par le feu de la Parole...

**Que tu aies vécu une session ou non, vous êtes tous et toutes bienvenus.
Viens voir. Apporte ton dîner.**

Pour plus d'informations : 819 -732- 4780 ou estelleetserge@hotmail.com

L'Équipe de l'école Saint-André

2.- Conférence publique :

Connaissez-vous **Pier Giorgio Frassati**, le patron des JMJ et des sportifs ? Une magnifique occasion vous est offerte pour découvrir ce jeune italien décédé en 1925, à l'âge de 24 ans, et béatifié en 1990 par le pape Jean-Paul II.

Madame Annie Gilbert, originaire de l'Abitibi-Ouest, nous en fera une présentation dynamique vendredi le **17 novembre prochain, à l'église du Christ-Roi, à 14 h.**

Pour en savoir plus, assistez à cette conférence dynamique présentée à l'aide d'un diaporama PowerPoint et des chants.

Cette même présentation sera reprise en soirée au même endroit à 19h.

Venez découvrir ce jeune laïc, passionné de Dieu et joyeux témoin de la foi, que Jean-Paul II a présenté comme étant « l'homme des huit béatitudes ».

Au plaisir d'approfondir avec vous cette formidable source d'inspiration!

3.- Pèlerinage à Medjugorje en 2018 :

Pèlerinage du 28 avril au 3 mai 2018 (11 jours/10 nuits) à Medjugorje

Hôtel à 100 mètres du sanctuaire

2 090\$ par personne si inscription avant le 15 décembre 2017

En compagnie de l'abbé Luc Labbé, Monique Larochelle et Laurence Lovric

Centre Regina Pacis, 300, Léo Parizeau 2205, Montréal, Qc, H2X 4B3

www.associationreginapacis.org

Pour plus d'information : [Documentation du voyage](#)

ANNIVERSAIRES ET/ OU ÉVÉNEMENTS :

- 1^{er} novembre : Fête de tous les saints (la Toussaint)...
- 2 novembre : Commémoration de tous les fidèles défunts...
- 3 novembre : 1^{er} Vendredi du Mois – Messe à 13 :00 suivit de l'adoration jusqu'à 14 :00...
- 5 novembre : Retour à l'heure normale (on recule montres et horloges)...
- 7 novembre : Catéchèse « Laisse-moi te raconter livre 1 »
- 11 novembre: Le Jour du Souvenir...
- 14 novembre : Catéchèse « Laisse-moi te raconter livre 2 »
- 19 novembre: Collecte spéciale Solidarité Inter-paroissiale
- 21 novembre : Présentation de Marie au Temple...
- 21 novembre : Catéchèse « Laisse-moi te raconter livre 1 »
- 26 novembre : Fête du Christ, Roi de l'Univers...
- 28 novembre : Catéchèse « Laisse-moi te raconter livre 2 »
- 29 novembre : Saint André, Apôtre...

SECTION DES NOUVELLES PAROISSIALES

Nouvelles portes

Église de St-Marc-de-Figuery

Vendredi le 20 octobre dernier, notre église s'est magnifiquement embellie par la pose des nouvelles portes qui s'harmonisent avec la couleur de la brique et du clocher. Un groupe de bénévoles s'est joint à Daniel Rose, l'initiateur du projet, pour effectuer le travail, dont Alain Corriveau, Réjean Rouillard et Jean-Marie Paradis. Un gros merci à ces personnes pour leur implication. Ce nouveau concept de portes a été proposé à La Fabrique par Ébénisterie RN, une belle entreprise de notre village. Nicole Thibodeau a produit le dessin qui a été peaufiné et numérisé par Daniel Mathon de Zip Ligne. André-

Michel Boucher de 3B Design a complété le travail. Un bel amalgame de personnes qui ont travaillé de façon très professionnelle pour un résultat extraordinaire et très original. Bravo à tout ce beau monde. D'autres éléments s'ajouteront avec le temps pour rehausser le look de cette église qui est, il faut le dire, le centre du village et aussi le centre de notre municipalité.



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

Sylvie Fleuriste

**Sylvie Rouillard
Propriétaire**

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



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

Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors de la séance ordinaire du 2 octobre 2017.

1. Adoption du procès-verbal de la séance du conseil du 11 septembre tel que déposé.
2. Le conseil encourage encore cette année l'événement Bières et saucisses du comité piste cyclable pour un montant de 200\$.
3. Une remise financière de 1 000\$ a été effectuée par monsieur Stevens Parker et madame Kathy Gauthier de l'entreprise Chef à domicile traiteur pour le projet Centre récréatif Dominic Boutin, le conseil et les personnes présentes ont chaleureusement remercié le donateur.
4. La rémunération payable pour la tenue d'élections et de référendum a été mise à jour par le ministère, le conseil augmente le budget pour la tenue des élections 2017 de 1500\$ afin de répondre aux nouvelles exigences.
5. Le conseil autorise la directrice générale et secrétaire-trésorière à déposer le rapport pour la réclamation au programme du PIQM 1.4 pour le projet d'assainissement des eaux et de signer tous les documents nécessaires.
6. Le conseil autorise la réception provisoire des travaux d'assainissement des eaux à la condition que les déficiences relevées soient corrigées et que l'échéancier proposé soit respecté.
7. Les travaux d'asphaltage des ponceaux du chemin des Prés ont été octroyés à l'entreprise Norascon pour un montant avant taxes de 13 623 \$ incluant la préparation avant pavage.
8. L'entente d'entretien du .6 km du chemin du Lithium avec la municipalité de La Corne a été modifiée et augmentée de 220 \$ afin de tenir compte de l'augmentation des coûts de déneigement, la directrice générale et secrétaire-trésorière Céline Dupras est autorisée à signer l'entente pour la municipalité.
9. L'adhésion au contrat d'assurance collective avec la compagnie La Capitale a été acceptée par le conseil et la résolution en ce sens sera transmise pour une entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2018.
10. Le conseil reporte après les élections la décision d'adhésion au projet de plateforme de compostage de la MRC suite au désistement de la municipalité de Landrienne et l'impact sur les coûts à la porte de cette situation. Une analyse d'alternatives sera nécessaire afin de s'assurer que les coûts demeurent raisonnables pour les citoyens.
11. Des transferts budgétaires pour un montant de 17 310\$ ont été autorisés en respect du règlement #177 décrétant les règles de contrôle et de suivi budgétaires afin de régulariser les postes budgétaires déficitaires suivants :

Personnel électoral 1 500\$	Subvention autre organismes 2 500\$	Petits outils 1 800\$
Sablage 5 610 \$	Entretien luminaires 400 \$	Équipements pompiers 3 700\$
Frais juridiques –respect de la réglementation 1 800\$		
12. Afin de régulariser et d'affecter les montants réservés pour des projets spécifiques, une résolution autorisant les transferts appropriés :

Équipements pompiers 11 451\$
Projet développement secteur 9 572.98 \$
Bacs roulants à recevoir 1026.00\$
13. Adoption des dépenses

Comptes payés en septembre 2017 pour un total de 499 596.68 \$
Versement par chèque C1700125 à C1700144
Païement en ligne sécurisé L1700068 à L1700075
Païement par transfert électronique P1700138 à P1700167

Consulter la liste complète à la page suivante

Comptes à payer en octobre 2017 en date du conseil pour un total de 10 678.79 \$
Salaires payés en septembre 2017
D1700170 à D1700195 pour un montant total de 15 924.18 \$
P1700005 pour un montant de 802.19 \$
Salaires à payer en octobre 2017
D1700196 à D1700225 pour un montant total de 10 314.41\$
P1700006 pour un montant de 272.04 \$

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, LE 4 DÉCEMBRE 2017, 19 H 30 AU 162 CHEMIN DES PRÉS.



INFO-BUDGET

LISTE DES CHÈQUES DU MOIS DE SEPTEMBRE 2017

N°chèque	Nom	Description	Montant
C1700125	BOUTIQUE DE BUREAU GYVA	papiers, ciseaux, boites classement	327,51
C1700126	C.D.BOUTIN	Essence, diesel, poste, fournitures	1 312,36
C1700127	CANADA POST CORPORATION	Frais poste journal août	47,34
C1700128	C.A.U.A.T.	Guide intervenant terrain pompiers	100,25
C1700129	ENTREPÔT DE PRODUITS DE BUREAU	tambour imprimante et fax	225,35
C1700130	FERME SIMON CLOUTIER	Entretien annuel bords de chemins	1 388,63
C1700131	PNEUS GBM S.E.N.C.	Réparation crevaison	84,71
C1700132	TESS CONSTRUCTION	Const.et inst. Structures accueil	6 533,97
C1700133	VILLE D'AMOS	Site enfouissement (juillet)	3 385,96
C1700134	MILL VITRES D'AUTOS	Panneau solaire structures accueil	1 192,42
C1700135	MINISTÈRE DES FINANCES	Certificat autorisation Borne sèche	654,00
C1700136	CHEF A DOMICILE TRAITEUR INC.	Souper Festivités champêtre (remb)	3 863,16
C1700137	MINISTRE DES FINANCES ET DE L'ÉCONOMIE	Constat infraction	311,00
C1700138	C.D.BOUTIN	Achat Festivité champêtre (remb.)	2 855,93
C1700139	PLOMBERIE GERMAIN ROY INC.	Pompe parc Héritage	202,30
C1700140	PHARM. TRÉPANIÉ, LALIBERTÉ ET GRAVEL	Épipen + trousse premiers soins	164,55
C1700142	NORASCON INC.	Pavage des ponceaux chemin des Prés subv.	15 663,06
C1700143	CANADA POST CORPORATION	Frais poste livre souvenir + journal	94,94
C1700144	VILLE D'AMOS	Site enfouissement et écocentre	4 264,45
L1700068	HYDRO-QUÉBEC	Électricité infrastructures sportives	36,75
L1700069	BELL MOBILITE	Cellulaires août	181,54
L1700070	DESJARDINS SÉCURITÉ FINANCIÈRE	Assurances collectives	1 113,65
L1700071	HYDRO-QUÉBEC	Électricité garage, caserne, luminaires	1 931,54
L1700072	MINISTÈRE DU REVENU DU QUÉBEC	déduction à la source provinciale	5 627,86
L1700073	TÉLÉBEC LTÉE	téléphone Maison citoyen et bureau	257,02
L1700074	MINISTRE DES FINANCES ET DE L'ÉCONOMIE	Déduction à la source fédérale	2 174,80
L1700075	RÉGIME RETRAITE EMPLOYÉS MUNICIPAUX	Régime de retraite	1 872,66
P1700138	JOCELYNE BILODEAU	Achat Fest Champêtre (remb)	1 652,32
P1700139	LOCATION LAUZON AMOS INC	Compacteur, Lame, lime, pompe	2 772,96
P1700140	M & M NORD OUEST INC.	Outils de levage, pièces niveleuse	824,77
P1700141	TERRASSEMENT ET EXCAVATION MARCHAND	Travaux projet assainissement eaux	33 576,63
P1700142	BOIS TURCOTTE LTÉE	Fournitures Structures accueil + tapis	159,73
P1700143	LES MATÉRIAUX 3+2 LTÉE	Asphaltes froide	1 654,81
P1700144	MÉDIAS TRANSCONTINENTAL S.E.N.C.	Publicité Festivités (remb)	213,28
P1700145	SANIMOS INC.	Collecte matières résiduelles	5 872,92
P1700146	SNC-LAVALIN GEM QUÉBEC INC	Projet assainissement eaux (qualité)	4 488,63
P1700147	M & M NORD OUEST INC.	Additif à essence	31,55
P1700148	GAGNON NANCY	Entretien ménagé	60,00
P1700149	IMPRIMERIE HARRICANA	impression journal Éveil	448,40
P1700150	SIMON LUNEAU ENTREPRENEUR ÉLECT.	Acquisition luminaires DEL	1 794,14
P1700151	SÉCURIPUS 9030-1318 Qc INC.	Vérification des extincteurs	176,60
P1700152	DUPRAS CELINE	Achat logiciel winzip	49,90
P1700153	KOMUTEL INC.	Location alerte 911 pompiers	160,97
P1700154	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidanges fosses septiques	1 013,80
P1700155	GAGNON NANCY	entretien ménagé	60,00
P1700156	IMPRIMERIE HARRICANA	Impression livre souvenir (remb)	1 260,13
P1700157	MÉDIAS TRANSCONTINENTAL S.E.N.C.	publicité Fest Champêtre (remb)	213,28
P1700158	SONOSPEC.COM	Location jeux Fest. Champ. (remb)	431,16
P1700159	ARÉO-FEU LTÉE	Appareils respiratoires pompiers	20 000,00
P1700160	Gestion Simon Blanchard inc	Meuleuse garage	32,18
P1700161	LAROUCHE BUREAUTIQUE	Contrat entretien photocopieur	236,57
P1700162	LOCATION LAUZON AMOS INC	Location Fest, champêtre (remb)	4 658,82
P1700163	TERRASSEMENT ET EXCAVATION MARCHAND	Gravier accotement Beauregard	321,93
P1700164	COSTE GUILLAUME	Entretien aménagements paysagers	232,83
P1700165	SIMON LUNEAU ENTREPRENEUR ÉLEC.	Entretien luminaire	253,40
P1700166	9148-3701 Québec Inc	Décompte # 8 Assainissements des eaux PIQM	285 450,45
P1700167	YSYS Corporation	Décompte #6 Assainissements des eaux TECQ	75 626,81
		Total	499 596,68



SECTION DES NOUVELLES MUNICIPALES

ÉLECTIONS MUNICIPALES

POSTE DE MAIRE :

JACQUES RIOPEL

DANIEL ROSE

POSTE DE CONSEILLER #5 :

GHISLAINE COSSETTE

THÉRÈSE LEMAY

JOUR DE VOTE PAR ANTICIPATION 29 OCTOBRE 2017

AU 10 AVENUE MICHAUD (MAISON DU CITOYEN) : DE 12 H 00 À 20 H 00

JOUR DE VOTE 5 NOVEMBRE 2017

AU 10 AVENUE MICHAUD (MAISON DU CITOYEN) : DE 10 H 00 À 20 H 00

DÉPOUILLEMENT DU VOTE 5 NOVEMBRE 2017 À 20 H 00

POUR VOTER

VOUS DEVEZ AVOIR EN MAIN UNE DES PIÈCES D'IDENTITÉ SUIVANTES :

- PERMIS DE CONDUIRE
- CARTE D'ASSURANCE MALADIE
- PASSEPORT
- CARTE D'IDENTITÉ DES FORCES CANADIENNES
- CERTIFICAT DE STATUT D'INDIEN

VOTRE VOTE EST IMPORTANT, PARTICIPEZ !!

MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY



ÉLECTIONS MUNICIPALES

5 novembre 2017

JE VOTE

**À LA MAISON DU CITOYEN DU 10, AVENUE MICHAUD, SAINT-MARC-DE-FIGUERY
POUR DES INFORMATIONS CONTACTEZ :**

MADAME CÉLINE DUPRAS, PRÉSIDENTE D'ÉLECTION AU 819-732-8501



SECTION MUNICIPALE

MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

AVIS PUBLIC

Est par les présentes données par la soussignée qu'il y aura séance ordinaire du conseil municipal le 4 décembre 2017 à 19h30 au 162 chemin des Prés.

Au cours de cette séance, le conseil doit statuer sur la demande de dérogation mineure suivante:

Nature et effets : Régulariser l'implantation d'un pavillon de jardin d'une grandeur de 3m X 4.45m, adjacent à la maison qui ne respecte pas la distance minimale de 3 mètres, le pavillon n'est pas rattaché à la maison et serait une construction non permanente.

Régulariser la remise de 1.18m X 1.80m, qui est adjacente à une autre remise sans y être rattaché ne respectant pas la marge minimale de 2 mètres.

Identification du site concernée : 275, chemin des Riverains

Tout intéressé pourra se faire entendre par le conseil relativement à cette demande.

Donné à Saint-Marc-de-Figuery, ce vingtième jour de septembre deux mille dix-sept.

Céline Dupras
Directrice générale et
secrétaire-trésorière

Excavation Gilbert Sheehy Inc.
Entrepreneur général

RBQ. : 8352-2847-09
www.optilog.com/sheehy

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

240, Route 111 Sud, C.P. 69, St-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0
Téléphone : 819 732-0376 • Cell. : 819 727-6271
Garage : 819 727-3656 Télécopieur : 819 732-3859



INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

FAMILLE ET EMPLOI - DÉLICAT ÉQUILIBRE

Mariella Collini

Depuis quelques décennies, la vie professionnelle des pères et des mères est devenue l'une des composantes majeures de la vie familiale.

L'Enquête québécoise sur l'expérience des parents d'enfants de 0 à 5 ans 2015 (EQEPE)¹ met en lumière certaines données en matière de conciliation famille-travail. Aperçu de la réalité de parents de jeunes enfants de l'Abitibi-Témiscamingue qui conjuguent leurs responsabilités familiales aux exigences de leur travail.

Dans la région, les résultats de l'Enquête indiquent qu'environ les trois quarts des parents déclarent comme principale occupation le travail (76 %), que celui-ci soit salarié (90 %) ou autonome (10 %). Dans les autres cas, ils peuvent être, tour à tour, aux études, en congé de maternité, de paternité ou parental, à la maison par choix ou encore, à la recherche d'un emploi ou prestataire d'aide sociale

LES CONDITIONS DE TRAVAIL

Au-delà de l'occupation d'un emploi à proprement parler, le type d'horaire de travail peut avoir une incidence sur le quotidien des parents, que l'on pense au travail atypique ou à la semaine de travail prolongée. Dans la région, bien que les deux tiers des parents occupant un emploi salarié déclarent un horaire dit « usuel », l'autre tiers jongle avec un horaire atypique, c'est-à-dire un horaire irrégulier, de soir, de nuit ou de fin de semaine. Les pères sont davantage aux prises avec cette situation que les mères, et même que les autres pères québécois. Environ 66 % des parents déclarent travailler entre 30 et 40 heures par semaine, alors que 26 %, plus de 40 heures. Les pères sont trois fois plus nombreux que les mères, en proportion, à dépasser les 40 heures hebdomadaires (37 % c. 11 %). Environ 8 % des parents sont à temps partiel (moins de 30 heures).

Note : 1. Portrait de 900 parents témiscabitiens au moment de l'enquête. Les parents résidant dans une réserve indienne ou un établissement indien ont été exclus de la population visée.

Source : Le Bulletin de L'Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, septembre-octobre 2017



Près de huit parents sur dix de la région ont accès à au moins une mesure de conciliation famille-travail



Neuf parents sur dix de la région déclarent que les exigences du travail se répercutent sur leur vie familiale, chacun à des degrés différents

RESTER À LA MAISON

En Abitibi-Témiscamingue, au moment de l'enquête, 9 % des parents ont fait le choix de demeurer à la maison.

Ces parents sont plus nombreux dans la région que dans le reste du Québec (6 %). Peu de surprise, les femmes sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à demeurer à la maison par choix, alors que ceux-ci sont plus nombreux à occuper un emploi (90 % c. 64 %)



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 Figuery, Québec J0Y 1J0
multiservicesmaxx@outlook.com





INFO-RECYCLAGE



Le saviez-vous ?

LES ENCOMBRANTS

Un encombrant, c'est tout bien domestique (pas un contenant/emballage/imprimé) qui n'est pas collecté dans les ordures (bac vert) ou dans la collecte sélective du recyclage (bac bleu).

DÉSUETS:

ils doivent aboutir à un écocentre pour être récupérés/éliminés

NON-DÉSUETS:

ils peuvent être réparés pour servir à nouveau, vendus ou donnés (amis, ressourceries, etc.)

EXEMPLES D'ENCOMBRANTS

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| Gros appareils électroménagers | Planches |
| Matelas | Meubles |
| Mobilier de jardin | Métaux |
| Tapis | Bicyclettes hors d'usage |



EXEMPLES QUI NE SONT PAS DES ENCOMBRANTS

- | | |
|--|--|
| Petits appareils électroménagers | Vitres et miroirs |
| Appareils informatiques et électriques, TV | Bouteilles de gaz |
| Gravier, tuiles, céramiques | Souches et branches |
| Pots de peinture, vernis, solvants | Huiles de vidange, batteries, pneus |
| Produits phytosanitaires | Palettes et autres déchets industriels |

Vérifiez auprès de votre municipalité ou de votre écocentre, afin de savoir comment vous départir de ces articles/matières qui ne sont pas des encombrants !



« Le saviez-vous ? » est une collaboration de la MRC d'Abitibi.

Source : <http://www.ville-st-remy-chevreuse.fr/vie-pratique/dechets-menagers/encombrants.html>

Le printemps est arrivé! Surveillez les dates du Grand Ménage de votre municipalité, afin de vous départir adéquatement de vos encombrants.

RÉUSITECH
inc.

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

Steve St-Laurent & Guy Dorval

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

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



INFO-RECYCLAGE

LES VIEUX APPAREILS ÉLECTRONIQUES

Chaque année, plus de 30 tonnes d'appareils électroniques sont jetées sur le territoire de la MRC d'Abitibi.

RÉCUPÉREZ-LES GRATUITEMENT



Écocentre de la ville d'Amos (5311, route 395 nord)

- * Lundi au mercredi 8h à 17h
- * Jeudi et vendredi 8h à 20h
- * Samedi 8h à 17h

Écocentre de Barraute (rue du Moulin)

- * Mercredi 17h à 21h
- * Samedi 8h à 18h



Steven Maheux

Coordonnateur en environnement

steven.maheux@mrcabitibi.qc.ca

Tél. : 819 732-5356 #218

* Notez que toutes autres matières peuvent être refusées par l'écocentre ou facturées à la pièce.

* D'autres points de collecte peuvent avoir été mis en place plus près de chez vous. Contactez votre municipalité pour de l'information.

VONT À L'ÉCOCENTRE, PAS DANS LE BAC



UN PETIT RAPPEL

En tout temps vous pouvez utiliser les services de l'Écocentre de la Ville d'Amos **gratuitement** tout au long de l'année.

Voici l'adresse et l'horaire de l'Écocentre :
5311, route 395 Nord, Amos.

Vous faites des rénovations...

Vous avez des objets et du matériel dont voulez vous départir immédiatement...

Vous déménager...

Vous avez des branches...

Le seul endroit pour vous départir de tous ces types de matériaux c'est l'écocentre pas le terrain du voisin !

« Le compostage, c'est juste du recyclage de bouffe! »

Source : Daniel de Hull

(http://lamdd.org/trucdd/composter?gclid=EAlalQobChMI0OrP8pyO1wIVRxtPCh18NQw7EAAYASAAEgJ1cvD_BwE)

Les astuces de Daniel :

- Je mets du brun, pis je mets du vert! J'alterne entre les matières sèches et les matières fraîches et je n'oublie pas de mélanger le tout avec une fourche de temps à autre.
- Si tu compostes dans ta cour, évite de mettre des choses qui vont attirer des « amis » (mouffettes, rats laveurs) dans ton propre compost (viande, poisson, etc.). Pas de problème quand c'est le compost de la ville!

Le faire chez soi en 5 étapes faciles

Contrairement au compost, l'enfouissement des déchets organiques contribue aux émissions de méthane, un gaz 25 fois plus puissant que le dioxyde de carbone. Au Québec, **les déchets produisent 5,9 Mt éq. CO₂**, soit 7,2 % des émissions totales de la province. Composter est donc une façon simple de réduire son empreinte carbone!

- 1- Démarrer sa compostière
- 2- Alterner les matières brunes et les matières vertes
- 3- Augmenter la cadence
- 4- Éviter la viande, le poisson, les os et les produits laitiers
- 5- Utiliser son compost

Le compost peut être utilisé de différentes manières. Il peut enrichir les pelouses : étendre une fine couche (3 mm à 1 cm) de compost tamisé sur le gazon coupé, à l'aide d'un râteau. Il peut nourrir les plantes intérieures : mélanger le compost avec une quantité équivalente de terre à jardin et de sable (1/3 compost, 1/3 terre et 1/3 sable). Il peut servir à la plantation d'arbres et d'arbustes : mélanger 1/3 compost avec 2/3 terre, et bien arroser la plantation.



INFO-ENVIRONNEMENT

Couches jetables ou lavables?

Si la plupart des familles québécoises optent encore pour les couches jetables pour leur côté pratique, de plus en plus d'entre elles songent à prendre des couches lavables. Et vous? Pour économiser, bien sûr, mais aussi pour poser un geste concret pour l'environnement. Voici quelques informations étonnantes sur les couches!



Les couches en chiffres

- Pour une année, un bébé a besoin, en moyenne, de 2 190 couches jetables (365 jours X 6 couches).
- Jusqu'à 30 mois, cela équivaut à 5 475 couches, soit l'équivalent de quatre ou cinq arbres! Selon les informations qui circulent, on abat un milliard d'arbres annuellement à travers le monde pour fabriquer des couches jetables.
- Toutes les couches jetables utilisées au Québec mises bout à bout feraient six fois le tour de la Terre.
- Il y aurait maintenant dix fois plus d'érythème fessier qu'il y a 50 ans, époque où seules les couches en tissu existaient.

L'élimination des couches jetables

Une couche jetable nécessite entre 300 et 500 ans pour se décomposer dans la nature. De plus, peu de gens savent qu'il est interdit de jeter les selles dans la poubelle. On devrait mettre les excréments dans la toilette afin d'éviter la prolifération de bactéries et de virus qui présentent un réel danger environnemental. Les couches jetables représentent le 3e objet le plus couramment jeté, après les journaux et les contenants pour les boissons et les aliments.

Estimation du coût pour une période de 30 mois

- Couches jetables : 1 500 \$
- Couches lavables : 750 \$

On estime que 9 % des familles québécoises utilisent des couches en tissu.

Source : <http://www.mamanpourlavie.com/mieux-consommer/mieux-acheter/318-couches-jetables-ou-lavables.shtml>

Problématiques couches jetables

De 5 000 à 7 000 couches jetables sont nécessaires pour rendre un enfant propre. Or, le temps de décomposition d'une seule couche varie entre 300 à 500 ans.

- Une couche lavable peut être utilisée 200 fois et se décompose en 6 mois. Une seule couche lavable peut remplacer jusqu'à 235 couches jetables
- Au Québec, c'est plus de 60 000 tonnes de couches qui sont enfouies annuellement. Au Canada, c'est 1,7 milliard de couches jetables qui sont enfouies chaque année, soit l'équivalent de 250 000 tonnes métriques. On dénombre plus de 2 400 000 d'arbres coupés chaque année pour la production de couches jetables.

On utilise 83m³ d'eau pour laver les couches réutilisables durant 2 à 3 ans comparativement à 120m³ pour la fabrication d'une seule couche jetable.



2726, Route 111 Est

Amos (Québec) J9T 3A1

Téléphones : 819-732-8583

1-877-732-8583

Télécopieur : 819-732-0342

Adresse électronique : info@tem-entrepreneur.ca

Site Internet : tem-entrepreneur.ca

Licence RBQ : 8247979134

Services :	Excavation générale	Creusage de cave	Construction de chemin forestier
	Déneigement	Égouts et aqueducs	Génie civil
Marques:	Terrassement	Transport de gravier	Installation de champ d'épuration
	Fosses septiques en ciment	Transport hors-norme	Fardiers, diabolos et quatrième essieu
	Vente et transport granulaire (gravier, terre noire tamisée, etc.)	Ecoflo®	
	Bionest		

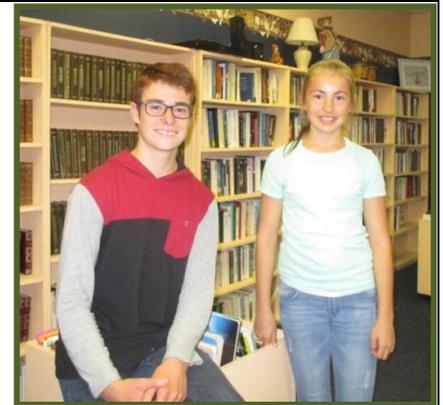


INFO-BIBLIO

VENEZ EN GRAND NOMBRE UTILISER LES SERVICES DE LA BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

***Les préposés Yoanick Morin et Sara-Maude Cloutier
vous attendent tous les mercredis de 18 h à 20 h.***

*Venez découvrir les nouvelles collections qui ont été acquises
au cours des dernières semaines.*



Services offerts à la population gratuitement:

- Prêt de volumes ou de périodiques
- Animation
- Réservation de volumes
- Heure du conte, 4 fois par année
- Expositions
- 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;
- organiser des activités;
- préparer des activités telles que l'animation de l'heure du conte;
- toute autre idée peut être soumise!



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.

INFO-POMPIER

QUOI FAIRE LORS D'UN FEU DE CUISSON?

Sur la cuisinière

- Ne déplacez jamais un récipient dont le contenu est en flammes.
- Éteignez le feu en plaçant un couvercle de dimension appropriée sur le récipient. Utilisez une mitaine de four pour déposer le couvercle sur le récipient, car la vapeur ou les flammes peuvent vous brûler gravement.
- Si possible, fermez les éléments chauffants, incluant ceux du four.
- Fermez la hotte de cuisine.
- Appelez les pompiers, même si le feu semble éteint. Ce dernier pourrait s'être infiltré dans le conduit de la hotte.
- Si le feu est éteint, mais qu'il y a accumulation de fumée, ouvrez les fenêtres et les portes pour aérer et évacuez votre domicile.
- Si le feu se propage, fermez vite les fenêtres et les portes si vous en avez le temps, évacuez rapidement votre domicile et appelez le 9-1-1.
- Remplacez ou faites inspecter votre cuisinière avant de la réutiliser. Faites de même s'il s'agit d'un autre appareil de cuisson.

Dans un appareil électrique comme un four de comptoir ou un four à micro-ondes :

- Annulez la commande de cuisson.
- Laissez la porte de l'appareil fermée.
- Débranchez l'appareil si le cordon d'alimentation est accessible.
- Appelez les pompiers, même si le feu semble éteint.
- Faites inspecter l'appareil avant de le réutiliser.

Si le feu de cuisson **ne se propage pas**, mais qu'il y a accumulation de fumée :

- Ouvrez les fenêtres et les portes pour ventiler votre résidence.
- Évacuez votre domicile, car la fumée est toxique.
- Appelez les pompiers.

Si le feu de cuisson **se propage** :

- Évacuez tous les occupants du bâtiment.
- Si vous en connaissez l'usage, éteignez le feu avec un extincteur portatif.
- Fermez les portes et les fenêtres en vous dirigeant vers la sortie.
- Appelez les pompiers.

Source : <http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/>

McGUIRE, DUBOIS & ASSOCIÉS
AVOCATS

Jean McGuire, D.E.C., LL.L.

Marie-Andrée Dubois, LL.B, M.S.V.D

Nicolas Provencher-Lavergne, LL.B.

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^{re} Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1T7

Téléphone :

819-732-5258

Télécopieur :

819-732-0394

Adresse électronique :

mcguire.dubois@cableamos.com

INFO-SANTÉ

CHOSSES À NE PAS FAIRE AU RÉVEIL

Le bon déroulement d'une journée ne tient pas à grand-chose. Souvent tout se joue dès le matin.

Voici donc la liste de tout ce qu'il faut éviter de faire si on souhaite passer une bonne journée. 10 conseils à afficher au-dessus de son lit en lettres d'or !



1. Râler

De notre humeur du matin dépend toute notre journée. **Si vous râlez quand le réveil sonne, vous aurez beaucoup de difficultés à aborder votre journée du bon pied.** Pour vous faciliter la tâche, n'hésitez pas à mettre de la musique ou à lire une pensée positive. Se lever de bonne humeur est la première des règles à suivre.

2. Programmer son réveil plusieurs fois

La plupart des réveils nous proposent de sonner tous les 10 minutes jusqu'à ce que nous soyons totalement réveillés. **Certains ne peuvent plus se passer de cette option pourtant elle est n'est vraiment pas recommandée, car elle fatigue énormément** et elle met en retard un grand nombre de paresseux.

3. Fumer une cigarette

La cigarette est mauvaise pour la santé, ce n'est plus à prouver. Mais prendre une cigarette dès le réveil est une très mauvaise habitude. Selon deux études publiées en 2011 dans la revue *Cancer*, **fumer au réveil augmente de 79 % les risques d'avoir un cancer des poumons** par rapport à ceux qui attendent au moins une heure. Quant à ceux qui préfèrent patienter une demi-heure après le réveil pour fumer leur première cigarette, ils ont 60 % de risques supplémentaires de développer un cancer de la tête et du cou.

4. Consulter son smartphone

Au réveil, nous sommes très nombreux à consulter notre smartphone dans notre lit. Réseaux sociaux, courriels, météo... Ces consultations peuvent paraître anodines pourtant elles sont très souvent une véritable source de stress. Par ailleurs, elles font perdre un temps précieux. **Le matin, on pose son téléphone et on pense à soi avant de s'intéresser à ce qui se passe dans le monde.** On se sentira bien mieux.

5. Ne buvez pas de café quand vous êtes à jeun

Boire du café quand on est à jeun peut provoquer des irritations gastriques douloureuses. Mais ne renoncez pas au café pour autant. **L'idéal est de prendre son café dans le milieu de la matinée.** La caféine qui sécrète de l'acide chlorhydrique accélérera la décomposition des aliments que nous aurons consommés au petit-déjeuner.

6. Ne mangez pas de sucres rapides au petit-déjeuner

Ce que l'on mange au petit-déjeuner aura des répercussions tout au long de la journée. **Il faut manger équilibré et suffisamment pour tenir jusqu'au déjeuner.** Il est donc recommandé d'éviter les sucres rapides comme les pâtisseries, les sodas ou les jus de fruits industriels et de privilégier les protéines et les céréales. Vous pouvez aussi vous tourner vers les matières grasses même s'il ne faut pas en abuser.

7. Ne buvez pas de boissons énergisantes

Ce n'est pas parce que vous n'avez pas assez dormi qu'il faut boire des boissons énergisantes le matin. Ces boissons sont riches en caféine, taurine, guarana ou ginseng : **des excitants qui peuvent causer des troubles cardiaques, mais aussi de graves problèmes rénaux.** Pour faire votre plein d'énergie, pressez plutôt une ou deux oranges.

Source : <http://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^{re} Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1T7

Téléphone : 819-732-2641

Télécopieur : 819-732-3484

SERVICES :

Livraison

Prise de tension artérielle

Centre de diabète

Pilulier

Orthopédie et bas support sur mesure

Mise en seringue de l'insuline

Heures d'ouverture :

Lundi au mercredi : 9h à 18h

Samedi : 9h à 17h

Jeudi au vendredi : 9h à 21h

Dimanche : 14h à 16h

INFO-JEUNESSE

Atelier Second Souffle

Expérience de travail et accompagnement personnalisé

Tu veux mettre à profit tes idées et tes talents tout en développant différentes compétences et aptitudes professionnelles? Tu veux créer des produits utilitaires et décoratifs (meubles, tapis, miroirs, lampes, etc.) à partir de matériaux récupérés? Participe au projet préparatoire en emploi Atelier Second Souffle et :

- Vis une expérience en **milieu de travail**
- Apprends à mieux **travailler en équipe**
- Développe tes **compétences**
- Apprends à te **faire confiance** avant d'intégrer le marché du travail
- Découvre le **travail manuel**
- Stimule ta **créativité**
- Explore des **métiers**
- Trouve un **emploi** stimulant

Critères d'admissibilité:

- Être ni à l'emploi, ni aux études
- Être âgé de 18 à 35 ans
- Une priorité est accordée aux prestataires d'aide de dernier recours (aide sociale) et d'assurance-emploi

Passe nous voir dès maintenant!

Contacte-nous!

Véronique Turcotte
Intervenante jeunesse
819 732-8739 poste 210
ppe@mrar.qc.ca



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

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

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

INFO-SCOLAIRE



à l'Agora de la polyvalente de la Forêt à 19h30.

Mercredi 8 novembre 2017

« L'anxiété de performance »



Cette problématique touche de plus en plus de jeunes, à tous les âges. Elle peut avoir des répercussions importantes, par exemple sur le parcours scolaire. C'est pourquoi il importe de la démasquer. Heureusement, des solutions existent.

avec Madame Fanny-Alexandra Guimond
professeure en psychoéducation à l'UQAT
fanny-alexandra.guimond@uqat.ca



**VITRERIE
COMMERCIALE
D.B. INC.**

- Vitrines et entrées d'aluminium
- Fenestration commerciale
- Vitrage intérieur
- Quincaillerie commerciale



PROPRIÉTAIRE : LÉO GAGNON

vcdb@cableamos.com

72, RUE BEAUDRY

AMOS (QUÉBEC) J9T 3V2

Téléphone : 819-732-0147

• Télécopieur : 819-732-0008

Adresse courriel : vcdb@cableamos.com

VITRERIE COMMERCIALE D.B. INC.

LÀ OÙ L'EXPÉRIENCE FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE !



10 trucs simples pour aider votre enfant à l'école

Source : <http://www.institutta.com/troubles-apprentissage/t-a-diff-associes/10-trucs-simples-pour-aider-votre-enfant-a-lecole/>

1. Avoir une attitude positive face à l'école

Lui parler de l'école d'une façon positive et s'impliquer avec lui à la vie scolaire.

2. S'assurer qu'il soit prêt

Avant qu'il commence la maternelle, prendre le temps de stimuler le vocabulaire, jouer avec les sons, tracer des lettres.

3. S'intéresser à ce qu'il fait

L'enfant doit sentir qu'il est important pour vous et que ce qu'il fait vous tient à cœur. S'intéresser à ses amis, son enseignante, à ce qu'il aime ou non, etc.

4. L'encourager et le soutenir malgré ses difficultés

Comme tout le monde, l'enfant connaît certaines difficultés. Il faut donc l'aider à accepter ses faiblesses et à développer ses points forts.

5. L'aider à développer ses connaissances

Les enfants sont curieux de nature. Il faut donc les encourager en leur procurant de la bonne lecture. Il y a la télévision aussi, mais en ayant un œil sur les émissions choisies.

6. Le valoriser

Pour maintenir une bonne estime de lui, même si votre enfant n'excelle pas dans toutes les matières, il faut le valoriser pour les efforts qu'il a fournis.

7. Éviter les comparaisons

Il n'est pas comme sa sœur ou comme le voisin.

Chaque enfant a son identité propre, avec ses caractéristiques qu'il faut respecter. Donc, évitez de le comparer.

8. Différencier la réussite scolaire et l'amour parental

Quel que soit le fonctionnement de votre enfant à l'école, ne pas le priver de votre amour. Un enfant aimé et respecté a beaucoup plus de chance de réussir sa vie.

9. Faire les devoirs

Un enfant a besoin de bouger après une journée de classe. C'est important qu'il s'amuse avant d'entreprendre ses devoirs. Ensuite, il sera plus productif. Il est important de le soutenir pour la période des devoirs, sans toutefois les faire à sa place.

10. Le laisser rêver

C'est en ayant des rêves et un objectif de vie que votre enfant trouvera la motivation pour continuer ses études. Donc, ne pas détruire ses rêves d'enfant.

Associez-vous à la force du Groupe

Postes à pourvoir / conseiller en sécurité financière

L'Industrielle Alliance, l'une des sociétés d'assurance de personnes les plus importantes au Canada, recherche des conseillers en sécurité financière à l'affût de nouveaux défis.

Fonctions :

Conseiller les clients en matière d'assurance et de services financiers et distribuer divers produits et services offerts par l'Industrielle Alliance.

Qualifications :

- Diplôme d'études collégiales
- Dynamisme, sens des responsabilités et autonomie
- Aptitudes pour la gestion du temps

Avantages :

- Programme de développement professionnel comprenant une formation spécialisée, des mesures d'encadrement et un soutien financier
- Rémunération à la mesure de vos ambitions et conditions de travail stimulantes

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



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.*

Centre Abitibi

2, 10^e Avenue Est
Amos (Québec) J9T 1H7
819 732-1596
C. : 819 444-9888
F. : 1 888 781-7415

Val d'Or

888, 3^e Avenue, bureau 301
Val D'Or (Québec) J9T 5E6
819 825-7244, 225
C. : 819 444-9888
F. : 1 877 781-7417

mar.deschatelets@agc.inalco.com
www.iasfabitibi.com

ia.ca

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.

INFO-AÎNÉS

Cherchez à partir de points de repère

Vous ne savez plus où vous avez rangé vos ciseaux? Essayez de vous rappeler en quelles circonstances vous les avez utilisés la dernière fois. Dans quelle pièce de la maison vous trouviez-vous? Était-ce pour faire de la couture ou pour ouvrir un colis? Le fait de reconstituer le contexte peut vous aider à vous remémorer une information. La même stratégie s'applique lorsqu'il s'agit de se souvenir avec plus de détails d'une information lue ou entendue.



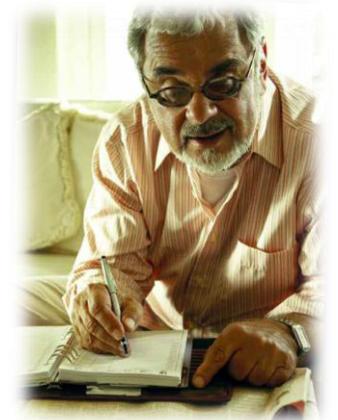
Profitez davantage de votre agenda!

Vous arrive-t-il de prendre des notes incomplètes dans votre agenda? Par exemple, omettez-vous parfois d'inscrire le lieu d'une rencontre? Vous arrive-t-il de vous demander ce que telle note signifie?

Lorsque vous utilisez votre agenda, prenez le temps de bien inscrire tous les renseignements; cela vous simplifiera la vie! Utilisez pour cela le truc des « 3 P » : notez la Personne que vous rencontrez, la Place de la rencontre et la Période de la journée (c'est-à-dire l'heure du rendez-vous).

Trucs pour mieux organiser votre agenda

- Favorisez les agendas de petit format que vous pouvez emporter. De plus, optez pour un agenda aéré, dans lequel les jours sont divisés en trois sections (avant-midi, après-midi, soirée).
- Personnalisez votre agenda. Ajoutez-y des sections ou collez-y des mémos. Regroupez-y toute information qui vous sera utile : numéros de téléphone, courses à faire, renseignements personnels importants, factures à payer, etc. Ce n'est pas nécessaire de tout mémoriser!
- Développez l'habitude de consulter régulièrement votre agenda. Si vous avez du mal à le faire spontanément, associez la consultation à un moment de la journée ou à une activité habituelle, par exemple, avant le déjeuner et avant le souper.
- Prenez note de ce que vous voulez vous rappeler. Ne vous inquiétez pas : cette stratégie ne rendra pas votre mémoire paresseuse! Au contraire, elle augmentera votre attention et, par conséquent, vos chances de mieux retenir l'information.



Source : www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/F-5180_memoire_WEB.pdf

- Miel
- Produits transformés
- Pollen de fleurs
- Chandelles
- Cire d'abeilles
- Formats cadeaux

Tél: (819)-727-1920 Fax: (819)-727-1705
info@mielgrandeourse.com www.mielgrandeourse.com

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

Guillaume D. Cyr et Yana Ouellet GASPÉSIE HUMAN LESS, LA TRILOGIE

Gaspésie human less est un projet photographique né de la volonté de faire une recherche visuelle sur la région gaspésienne et qui se déploie en trois parties distinctes. L'approche est d'abord artistique: découvrir la beauté dans ce qui semble en être dénué en captant les lignes graphiques, les couleurs et les textures. Même si l'esthétisme est la charpente du projet, au fil du travail, la conscience d'un geste documentaire, anthropologique et sociologique s'est imposée. Les styles photographiques des deux photographes, qui au départ étaient facilement différenciables, s'associent dans la deuxième partie jusqu'à s'unir totalement au terme du travail.



La Stone, vue partielle de l'installation, 2015 ©

Cette exposition sera présentée du 3 novembre au 30 décembre 2017.

Horaires

Mercredi au vendredi de 13 h 30 à 17 h.
Samedi de 13 h à 17 h.

Prix : *Entrée libre*

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

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

Amos Centre Dentaire

Arseneault • Martel

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

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

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



T. 819 732-8368

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

RECETTE DU MOIS

Papillotes poires-figues-miel

- 1 poire
- 2 figues
- 1 poignée de mélange de graines et fruits secs au choix (amandes, noix, noix de cajou, raisins secs, etc.)
- miel



Préparation :

- ÉTAPE 1 Lavez la poire, coupez-la en deux et retirez le cœur en creusant avec une cuillère sur chaque moitié. Déposez chacune sur un rectangle de papier sulfurisé, peau vers le bas.
- ÉTAPE 2 Lavez soigneusement les figues et coupez-les en dés. Placez-les dans les creux évidés des demies-poires, recouvrez de mélange graines et fruits secs puis arrosez de miel.
- ÉTAPE 3 Fermez les papillotes et mettez-les à cuire au micro-ondes pendant 4 min à puissance 750 W.
- ÉTAPE 4 À la sortie, déballez les papillotes et laissez tiédir dans des assiettes avant de servir.

- | | | | |
|--------------------------|-------------|----------------------|-----------|
| • Nombre de personnes : | 2 personnes | • Temps de cuisson : | 5 minutes |
| • Temps de préparation : | 5 minutes | • Facile à cuisiner | |

Yaourt express gourmand banane et brownies

- 1 yaourt sucré parfumé à la vanille
- 1 banane
- 60 g de restes de brownie



Préparation :

- ÉTAPE 1 Pelez et coupez la banane en rondelles.
- ÉTAPE 2 Coupez les restes de brownies en petits morceaux.
- ÉTAPE 3 Mélangez le yaourt avec les rondelles de bananes et les morceaux de brownies, dans un pot en verre bien propre.
- ÉTAPE 4 Réservez au frais jusqu'à lé dégustation.

- | | | | |
|--------------------------|------------|----------------------|-------|
| • Nombre de personnes : | 1 personne | • Temps de cuisson : | aucun |
| • Temps de préparation : | 5 minutes | • Facile à cuisiner | |

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



Distributeur de produits pétroliers et de lubrifiants sur l'ensemble du territoire de la Baie-James et de l'Abitibi-Témiscamingue

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

ROCH AUBIN

Directeur développement des affaires
Courriel : raubin@petronor.ca

SYLVAIN LAPOINTE

Directeur des opérations

Téléphone : 819-732-5334
1-800-263-5334
Télécopieur : 819-732-9848
Site Internet : www.petronor.ca



DE LA TERRE À LA TABLE

Gaspillage alimentaire : non merci!

Les grandes chaînes font-elles leur part?

Quelques grandes chaînes de supermarchés au Québec font des efforts pour réduire le gaspillage alimentaire. Loblaws, par exemple, a développé un projet pilote avec la banque alimentaire Moisson Montréal pour redistribuer aux plus démunis des denrées sur le point d'être périmées et ainsi éviter de les jeter. La formule, qui a très bien fonctionné, fait des petits et d'autres banques alimentaires du Québec reçoivent des tonnes de denrées des supermarchés Maxi, Loblaws, Provigo le Marché, Métro et Super C, permettant de récupérer des dizaines de milliers de kilos de nourriture par an. Les cinq Marchés Louise Ménard de la chaîne IGA, à Montréal et dans les environs, gèrent également leurs stocks de manière à minimiser les pertes d'aliments. En effet, plusieurs supermarchés de la chaîne réutilisent les aliments consommables invendables pour les mets préparés sur place ou les réattribuent à un centre de don. Selon Louise Ménard, les épiciers ont une grande part de responsabilité dans le gaspillage alimentaire des consommateurs. « Il faut cesser de vous obliger à acheter six oranges pour profiter d'un rabais, quand vous en avez seulement besoin de deux », dit-elle. « Le Québec devrait s'inspirer du modèle européen de gestion des stocks. La pensée nord-américaine est axée sur la présentation de masse. Il faut se sortir de la pensée Think Big ». Le gaspillage alimentaire a d'autres impacts, moins connus. Il nuit aussi à « l'environnement en engendrant des émissions polluantes inutiles, en augmentant la consommation d'eau et en réduisant la biodiversité lors de l'agrandissement des terres agricoles ».

Et les consommateurs?

Bien que l'industrie ait un rôle essentiel à jouer, la responsabilité du consommateur dans le gaspillage alimentaire à grande échelle tel qu'on le connaît dans nos pays industrialisés ne peut être niée. Selon le site, Sauve ta bouffe, « 47 % du gaspillage alimentaire aurait lieu dans nos foyers, soit en moyenne 95-115 kg par an. Alors que les Nord-Américains et les Européens estiment gaspiller seulement de 1 à 5 % de la nourriture qu'ils ramènent à la maison, ils en jetteraient en réalité entre 14 et 25 % ! »

Un petit examen de conscience s'impose donc pour changer nos habitudes de consommation. Le but? Nous laisser guider par notre gros bon sens et non plus par des circulaires ou des spéciaux en épicerie qui nous incitent à consommer toujours davantage et des dates de péremption inscrites sur des pots de yogourt.

- Devenez un « mange-gardien » : renseignez-vous, plein de trucs et astuces existent pour sauver les aliments
- Avoir le réflexe de congeler!
- Bien placer les aliments dans le frigo. Quand on revient de l'épicerie, enlever les aliments qui y sont déjà avant de mettre les nouveaux, pour amener les plus anciens à l'avant et ainsi éviter de les oublier.
- Ne pas jeter trop rapidement! La date de péremption n'est pas une garantie de la salubrité de l'aliment. Elle constitue plutôt une indication pour les consommateurs de la fraîcheur et de la durée de conservation potentielle des aliments non ouverts.
- Pourquoi ne pas démarrer un « frigo de quartier » dans votre quartier?
- Cuisinez vos restes en suivant la formule touski (touski reste)* :
 1. Repérer les aliments qui ont besoin d'être consommés rapidement dans le réfrigérateur.
 2. S'inspirer d'une recette qui inclut certains de ces aliments et l'adapter avec ce que l'on a à disposition ou inventer une recette en ne négligeant pas la quantité d'épices.
 3. Faire une belle présentation.

* Idées faciles de « touski » : soupes, smoothies et sauces.

Source : <https://equiterre.org/geste/gaspillage-alimentaire-non-merci>



**Raymond Chabot
Grant Thornton**

L'instinct de la croissance

Raymond Chabot Grant Thornton

S.E.N.C.R.L.

66, 1^{re} Avenue Ouest, Amos (Québec) J9T 1T8

Tél. : 819 732-3208

Télec. : 819 732-0908

www.rcgt.com

Alain Brière, CPA, CA

briere.alain@rcgt.com

François Lemire, CPA, CGA

lemire.francois@rcgt.ca

Comptables professionnels agréés

Membre de Grant Thornton International Ltd

CONSEILS PROJETS DE CONSTRUCTION

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

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

MATÉRIAUX

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

ACCESSOIRES

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

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

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

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



EBENISTERIE
R
N INC.

Tél. : 819 727-9661
gcloutier@ebenisteriern.com
jmcloutier@ebenisteriern.com

R.R.Q. : 8115-6242-43
401, route 111 Est C.P.75
Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

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

VOTRE PROJET, NOTRE FIERTÉ

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

SECTION DES NOUVELLES

PROJET CENTRE RÉCRÉATIF DOMINIC BOUTIN LE POINT SUR LA CAMPAGNE DE SOLLICITATION

Monsieur Stevens Parker et Madame Kathy Gauthier de Chef à domicile Traiteur ont remis une contribution financière de 1 000 \$ lors de la réunion régulière du Conseil municipal le 6 octobre dernier. C'est en tant que fournisseur des Festivités Champêtres que celle-ci a été remise.

MERCI !



Monsieur Yvan Périgny, membre du Comité Projet Centre Récréatif Dominic Boutin, Madame Kathy Gauthier et Monsieur Stevens Parker de Chef à domicile traiteur, Monsieur Jacques Riopel, maire, Monsieur Bernard Cloutier, président du Comité organisateur des Festivités Champêtres.

Au moment d'écrire cet article au 26 octobre 2017, **la somme s'élève à 27 675,41 \$**. Cette somme est le cumulatif des collectes de dons tels que celui-ci et lors des funérailles, de la réception de chèques, d'argent à l'instance municipale, au Dépanneur C.D. Boutin et de l'organisation du Festyball et autres événements spontanés. Ces dons serviront de levier pour demander des aides gouvernementales et corporatives.

La campagne de financement se poursuit,

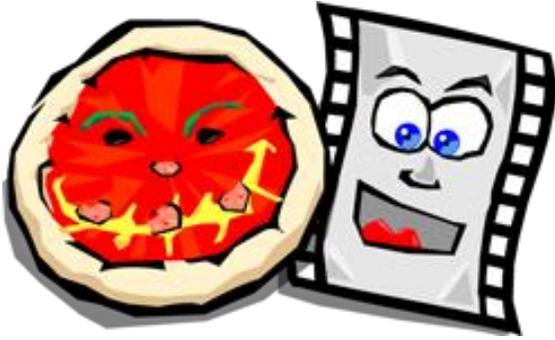
Vous désirez faire une contribution, voici comment l'acheminer :

- **Boîte de collecte :** Dépanneur C.D. Boutin
- **Par la poste :** Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery
162, chemin des Prés, C.P. 12
Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0
Ceux qui le désirent peuvent recevoir un reçu pour les impôts

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

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

SECTION DES NOUVELLES



**INVITATION
VENDREDI
PIZZA – CINÉMA
EN FAMILLE**

DATE : VENDREDI 17 NOVEMBRE 2017
ENDROIT : MAISON DU CITOYEN
10, avenue Michaud, Saint-Marc-de-Figuery
HEURE SOUPER : 17h 30
HEURE FILM : 20 h
FILM : MES VIES DE CHIEN

**Fournisseur de la Pizza:
LA PETITE FRINGALE**

POUR LE SOUPER PIZZA:
APPORTEZ VOS CONSOMMATIONS.
DESSERT ET COLLATION DISPONIBLE SUR PLACE.

POUR LE FILM :
APPORTEZ VOTRE «DOUDOU», «TOUTOU» OU OREILLER.

**ACTIVITÉ ORGANISÉE PAR L'ÉQUIPE D'ANIMATION
DE LA BIBLIOTHÈQUE ET LE COMITÉ DES LOISIRS.
LES PROFITS DE L'ACTIVITÉ SERONT REMIS POUR LE
PROJET CENTRE RÉCRÉATIF DOMINIC BOUTIN.**

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

En appelant au : 819-732-8601
En expédiant un courriel à : jojobilod@yahoo.fr

Merci,

Au plaisir de vous accueillir!

SECTION DES NOUVELLES

MAISON DU CITOYEN DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY UNE PAGE FACEBOOK A ÉTÉ CRÉÉE

Il y a quelques semaines une page Facebook «La Maison du Citoyen de Saint-Marc-de-Figuery» a été créée.

Vous désirez savoir tout ce qui se passe au niveau **communautaire, sportif et activités sociales**, consultez régulièrement cette page, dont voici l'adresse:

<http://www.facebook.com/La-Maison-du-Citoyen-de-Saint-Marc-de-Figuery-336929420101540/>



Vous désirez plus d'informations sur la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery, consultez le site Internet:

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



Vous avez des interrogations n'hésitez pas à contacter :

Jocelyne Bilodeau

Agente de développement

Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery

Téléphone: 819-732-8601

Courriel: jojobilod@yahoo.fr



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

Les membres de l'équipe de professionnels sont :

Me Nathalie Pelletier

Me René Martineau, avocat conseil

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

SECTION DES NOUVELLES

ACCUEIL D'UNE PETITE ST-MARCOISE

Voici notre nouvelle résidente Saint-Marcoise accueillie au cours des dernières semaines.

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



Aujourd'hui, nous vous présentons une famille qui a accueilli un nouveau membre au cours des dernières semaines.

Jonathan Chartier et Tracy Stewart avec la petite Arissa, née le 30 juillet 2017 en compagnie de sa sœur Mélodie et son frère Philip



Pièces et batteries:
de VTT
de moto
de motoneige

Pneus spécialisés

PNEUS NORD OUEST

816, 1^{re} avenue Ouest
Amos (Québec) J9T 1V8

David Sheehy

pneuno@cableamos.com

☎ 819 732-0701

☎ 819 732-7998

SECTION DES COMMUNIQUÉS

MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY



ÉLECTIONS MUNICIPALES

5 novembre 2017

JE VOTE

À LA MAISON DU CITOYEN DU 10, AVENUE MICHAUD, SAINT-MARC-DE-FIGUERY
POUR DES INFORMATIONS CONTACTEZ :
MADAME CÉLINE DUPRAS, PRÉSIDENTE D'ÉLECTION AU 819-732-8501



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
62 rue Principale Nord, Amos

Élections municipales

Saint-Marc-de-Figuery

Dimanche le 5 novembre 2017

Je vote «JACQUES RIOPEL» à la mairie



IMPLICATION

- 🏠 Maire depuis 2002;
- 🏠 Préfet de la MRC Abitibi de 2008 à 2013 (17 municipalités, 2 territoires non organisés);
- 🏠 Président du Comité de sécurité publique de la MRC d'Abitibi depuis 2008;
- 🏠 Président du Conseil d'administration du Parc Aiguebelle depuis 2008;
- 🏠 Membre du Conseil d'administration de la Mutuelle des Municipalités du Québec (1 100 municipalités).

RÉALISATIONS DE L'ÉQUIPE MUNICIPALE 2013-2017

- 🏠 Obtention du financement pour le traitement des eaux usées en zone urbaine à la hauteur de 95% pour un montant de 2,6 millions;
- 🏠 Asphaltage des rues en périmètre urbain;
- 🏠 La réduction du taux de taxation en 2014 de 0,95 ¢ à 0,90 ¢ et son maintien depuis;
- 🏠 L'acquisition à coût zéro dollar du bâtiment de la Caisse Desjardins pour y établir nos bureaux municipaux et mis en place la Maison du Citoyen dans les anciens locaux;
- 🏠 Réalisation de 2 parcs;
- 🏠 Le traitement de surface double avec la participation financière des citoyens visés par le projet (9,5 kilomètres), la municipalité a exécuté la réfection des chemins préalablement.

VISION 2017-2021

- 🏠 Développer et mettre en valeur tous les secteurs de la municipalité;
- 🏠 Répondre aux besoins exprimés par les citoyens, nos agriculteurs et nos entrepreneurs locaux;
- 🏠 Réalisation du projet Centre récréatif Dominic Boutin;
- 🏠 Favoriser la synergie grandissante avec les municipalités environnantes;
- 🏠 Subvention à la réfection du réseau routier municipal à 75% de 250 000 \$, travaux prévus été 2018 :
 - 1 kilomètre de couche d'usure sur le chemin des Prés,
 - Nettoyage des fossés, signalisation et changement de 3 ponceaux majeurs du chemin de la Rivière.
- 🏠 L'équipe municipale poursuivra la mise à niveau de l'ensemble du réseau routier.

«Je me fais un devoir d'aller voter le 5 novembre»

SECTION DES COMMUNIQUÉS
INVITATION



SOUPER BIÈRES et SAUCISSES
SOIRÉE THÉÂTRE



Là... j'ai mon voyage!
(La chasse mon oeil 3)

Les Badins
de La Combe



Serge Larouche alias Bob

Roger Viers alias Frank

Jenny Lafrence alias Germaine

et Flora-Laure

SUIVI D'UNE SOIRÉE DANSANTE
ANIMÉE par le DJ JÉRÔME DOYON

11 novembre 2017

Salle Mgr Duchemin de Saint-Marc-de-Figuery

Accueil à compter de 17 h 30

Coût : 25 \$/personne



**LE TROU DU
DIABLE**

*Ceci comprend les dégustations de bières de
la Microbrasserie Le Trou du Diable au cours
du repas et des variétés de saucisses du
Grenier des Saveurs de Val-d'Or.*



*Les accompagnements seront confectionnés par des gens d'ici.
Le repas se terminera par une surprise pour le dessert.*

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

Réservez votre table en appelant au 819-732-8601

Points de vente : C.D. Boutin

Maison du citoyen

Seulement 120 places de disponibles



SECTION DES COMMUNIQUÉS

FAITES-VOUS VACCINER SI VOUS VIVEZ AVEC UNE MALADIE CHRONIQUE

telle que le diabète, des troubles immunitaires, une maladie cardiovasculaire, respiratoire ou rénale.

Pour prendre rendez-vous,
visitez le site

clicsante.ca

Choisir votre région ainsi que votre secteur

LOCALITÉ	DATE	HEURE	LIEU
La Corne	7 novembre	9 h à 11 h 30	Local de santé (Salle Champagne)
Landrienne	13 novembre	9 h à 15 h 30	Local de santé (Bureau de poste)
St-Marc	7 novembre	13 h à 15 h 30	Local de santé (Maison du Citoyen)

En cas de problème avec la prise de rendez-vous en ligne ou si vous n'avez pas accès à Internet, vous pourrez composer le numéro sans frais 1 844 616-2016, à compter du 16 octobre 2017.

ENSEMBLE 
on fait avancer le Québec

La vaccination,
la meilleure protection

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

Québec  

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



Centre local de développement

Pour vos projets d'affaires,
faites appel à l'expertise de votre Centre local de développement.

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

SECTION DES COMMUNIQUÉS



Ateliers de stimulation parents-enfants 0-5 ans

Informations :

Alain Lapointe : 819-727-2054
animateurdesmilieux@hotmail.com

Marie-Christine Turgeon : 819-443-1289
Coordo.tef@outlook.fr

Besoin d'un transport

Marie-Claude Lemay
Travailleuse de milieu : 819-442-0391

Objectifs des ateliers :

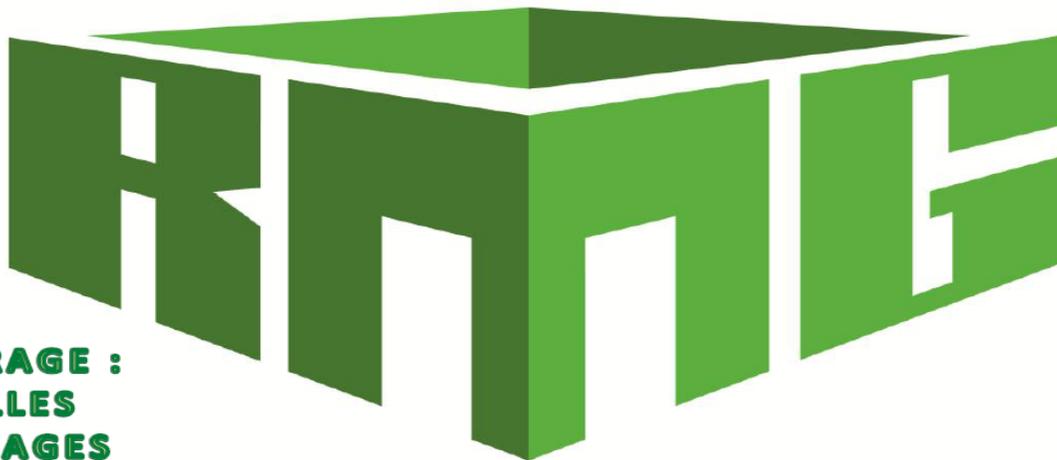
- Offrir des activités de stimulation parents-enfants à proximité pour les enfants 0 à 5 ans.
- Permettre aux parents d'échanger avec d'autres parents et aux enfants de socialiser avec d'autres enfants.
- Les ateliers de stimulation touchent le développement de la motricité et du langage.
- Le tout dans le but de favoriser un parcours scolaire réussi.
- Ateliers offerts entre 9 h 30 et 11 h 30 toutes les 2 semaines les mardis.
- Une collation santé est offerte.

7 et 21 novembre 2017

Maison du Citoyen
10, avenue Michaud
Saint-Marc-de-Figuery

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL

FONDACTIONS



COFFRAGE :

- DALLES
- SOLAGES
- TROTTOIRS
- BORDURES, ETC.

**LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT**

TÉL. : 819 727-1157

COURRIEL : info@fondationsrmg.com

SECTION DES COMMUNIQUÉS
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

PERRIER

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

Tel. 819.444.6812

Soudure mobile
Mécanique industrielle

Industriel - Minier - Commercial - Résidentiel

perrier.m@hotmail.com

AU P'TIT SOIN
TOILETTAGE CANIN

PAR AMOUR POUR
NOS TOUTOUS!

SERVICE DE TONTE COMPLÈTE
OFFERT POUR TOUTES LES RACES
DE CHIENS DE TOUTES TAILLES.

BAIN
DÉMÉLAGE
TOILETTAGE COMPLET
COUPE DE GRIFFES
PRODUITS BIOLOGIQUES

PRIX COMPÉTITIFS

FAITES CONFIANCE À
NATHALIE DESCHÈNES
16 CHEMIN DE L'ÉGLISE
ST-MARC DE FIGUERY
819 354-1675

nathalie-deschesnes@hotmail.com
ou par MSN/texto
Suivez-nous sur Facebook

Boucherie
Simon Cloutier

Découpe à forfait
Vente de boeuf

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

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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Les réticences à utiliser le répit

« La détresse chez les aidants naturels a été définie ainsi : les répercussions globales des exigences physiques, psychologiques, sociales et financières de l'aide apportée ».

Le stress et les responsabilités liés au rôle de proche aidant nécessitent une grande capacité d'adaptation qui, bien souvent, entraîne un épuisement physique et psychologique. Un aidant naturel est considéré en détresse lorsqu'au moins une des deux situations suivantes s'applique :

- L'aidant ne peut plus continuer à apporter de l'aide à la suite de la détérioration de sa santé personnelle
- L'aidant exprime des sentiments de tristesse, de colère ou de dépression

De nombreux aidants ont de la difficulté à demander du soutien tant pour leur proche que pour eux-mêmes. Vous reconnaissez-vous dans les affirmations suivantes :

- Les gens devraient savoir que j'ai besoin d'aide, ce n'est pas à moi à en demander
- J'ai l'habitude de me débrouiller seul(e), je n'ai pas besoin d'aide
- Tout le monde est déjà tellement occupé par son travail, sa famille, je ne veux pas déranger
- Je suis encore capable de continuer seul(e)
- Je crains la réaction de mon proche si quelqu'un d'autre s'en occupe
- Je crains qu'une demande de placement soit effectuée
- Au fond, ce n'est pas si exigeant, certains en font sûrement bien plus que moi sans aide
- Demander de l'aide, c'est tellement compliqué...
- Je verrai plus tard

Voici des ressources vers lesquelles vous pouvez vous tourner : proches et amis, professionnels de la santé, centres de jour, services de repas préparés, services d'aides familiales, groupe d'échanges entre aidants, services de répit, services de transport, soins infirmiers privés, organismes communautaires dont *Support aux Aînés de l'Harricana*.

« N'attendez pas d'être au bout du rouleau pour demander de l'aide »

Prochaine chronique : « Les étapes liées à l'épuisement du proche aidant »

Vous avez besoin d'aide? Informez-vous :

Marielle Rioux, intervenante sociale
819 732-6521 poste 3166

ou

1momentpouvous@gmail.com

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

Elle vous aide à :

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

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS!

SADC Harricana

T. 819 732-8311 - sadc@sadc-harricana.qc.ca

www.sadc-harricana.qc.ca

Faites comme eux!

Miellerie
La Grande Ourse



Ébénisterie
Neault



Ferme
Simon Cloutier



SADC

Société
d'aide au développement
des collectivités

HARRICANA

▼ FONDS D'INVESTISSEMENT

Prêt aux entreprises jusqu'à
150 000 \$

▼ STRATÉGIE JEUNESSE

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

▼ ACCOMPAGNEMENT ET SUIVI

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

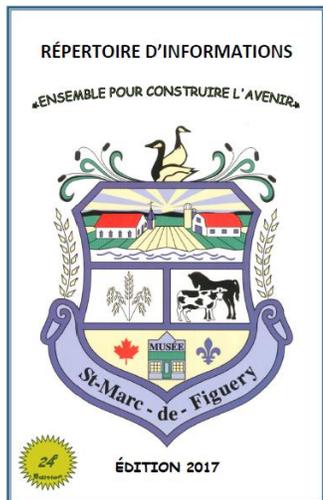
Canada Développement économique Canada pour les régions du Québec
appuie financièrement la SADC

SECTION DES COMMUNIQUÉS

MISE À JOUR DU RÉPERTOIRE D'INFORMATIONS

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

Il est distribué dans toutes les résidences et entreprises de la municipalité, aux organismes locaux, aux municipalités et aux organismes d'aides de la région de l'Harricana ainsi qu'aux visiteurs de passage qui veulent plus d'information sur notre municipalité. De plus, les données de ce répertoire sont disponibles sur le site internet de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery voici le lien : <http://saint-marc-de-figuery.org/asset/display/1043314.html>



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

S'il vous plaît, remplir et retourner votre formulaire au plus tard **le 1^{er} décembre 2017** :

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

Par courriel : jojobilod@yahoo.fr

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



FORMULAIRE DE TRANSMISSION D'INFORMATIONS

Raison sociale : _____

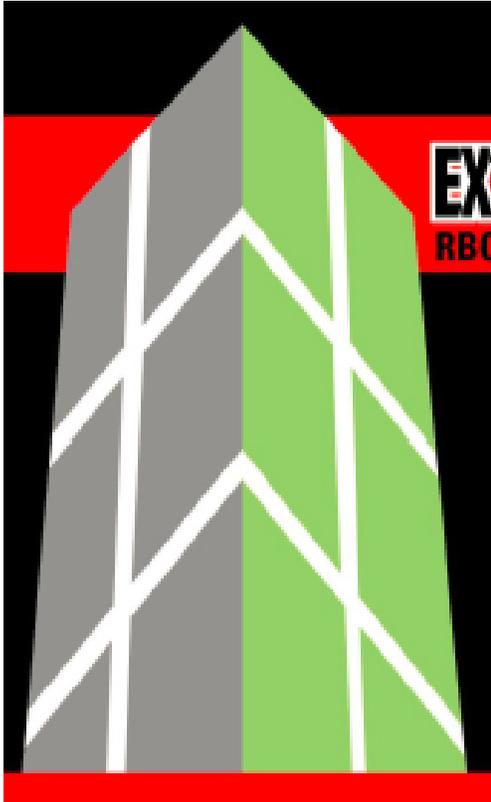
Nom, Prénom : _____

(du propriétaire)

Adresse : _____

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

Type et/ou description des activités :



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**

GARY KERR

819 732-3633

Sans frais : 844 732-3633

info@ex-construction.com

Saint-Marc-de-Figuery (Qc)

J0Y 1J0



PARTENAIRE



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



RBQ : 5708-1853-01

SECTION DES COMMUNIQUÉS

 Théâtre Parminou

Pas de vacances pour les anges



GRATUIT UNE PIÈCE AU REGARD REMPLI D'ÉMOTIONS QUI MET EN SCÈNE LA RÉALITÉ DES PROCHES-AIDANTS
Une occasion de rencontres, d'échanges, de réflexion: une pause pleine d'humour, comme une puffée d'air frais!

Jeudi 23 novembre 2017 • 13 h 30
Jardins du Patrimoine d'Amos
72, rue Albertine-Chalifoux

 Kinésithérapie

485 1ère Rue Ouest
Amos, Québec
J9T 2M5

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



SAINT-MARC-DE-FIGUERY

11 novembre 2017

 **SOUPER BIÈRES et SAUCISSES** 

SOIRÉE THÉÂTRE

 **Là... j'ai mon voyage!**
(La chasse... mon oeil!)

SUIVI D'UNE SOIRÉE DANSANTE

Pour des informations ou réserver votre place :
819-732-8601

BESOIN D'UN PUITS ARTÉSIEN pour votre résidence?

**NOUS SOMMES
LA RÉFÉRENCE!**

**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

Puitbec GROUPE



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

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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Ateliers de création

Ils se poursuivent tous les mercredis à la salle multifonctions du 2^e étage de la Maison du Citoyen de Saint-Marc-de-Figuery.

Voilà une opportunité d'apprendre à faire, par exemples : des cartes en 3D, des cartes brodées, toile avec pierre, etc.. Comme Noël s'en vient vous pourriez axer sur ce thème ou autre si vous désirez.

Donc au plaisir de vous accueillir mercredi prochain à compter de 18 h 30.

Pour plus de renseignements et afin de prévoir le matériel à apporter veuillez donner vos noms le plus rapidement possible à :

Lucie Rivard au 819 732-2433



LES RECETTES DE FAMILLE



... c'est une affaire de famille!

Dans le cadre des **Journées de la culture**, Culture pour tous et **Christian Bégin** (ambassadeur du projet), en collaboration avec le CQPV et l'UPA, font appel à vous afin de recueillir des recettes traditionnelles ainsi que les anecdotes, histoires familiales et photos qui les accompagnent. Recettes de grands-mères, influences autochtones, cuisine métissée, traditions familiales, histoires savoureuses ou secrets bien gardés... Nous sommes en quête de saveurs locales. Ce grand projet participatif mènera à la publication d'un ouvrage réunissant une sélection d'une centaine de VOS recettes, de VOS histoires...
À vos archives !

Date limite : vendredi 15 décembre 2017.

Pour participer, visiter la page <http://www.culturepourtous.ca/blog/non-classe/recettes-de-famille-lien/> et compléter le formulaire d'inscription avant le vendredi 15 décembre 2017 à 23h59HE ou d'envoyer toutes les informations du formulaire par la poste à l'adresse de Culture pour tous ou d'envoyer toutes les informations du formulaire par la poste à l'adresse de Culture pour tous : Les recettes de famille, 4750, avenue Henri-Julien, Montréal (Québec) H2T 2C8.

Plein de surprises pour la 10^e édition

Noël au terroir

Samedi, 18 novembre 2017
Centre communautaire de La Motte

TIRAGE **BRUNCH**
BILLETTS EN VENTE SUR PLACE

30 EXPOSANTS !

ENTRÉE GRATUITE, ON VOUS ATTEND !

NOËL AU TERROIR
La Motte

municipalitedelamotte.ca
municipalitedelamotte

SECTION DES COMMUNIQUÉS



L'HEURE DU CONTE DE NOËL



Mercredi le 13 décembre 2017, 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 7 décembre 2017** et **joindre une contribution financière de 5,00 \$ par enfant**. Compléter le coupon ci-dessous et venir 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

Esthétique Nancy Harvey

NOUVEAU SERVICE BOUTIQUE EN LIGNE : www.diaderme.ca



Des résultats visibles dès
le premier
traitement

Les traitements IPL (lumière intense pulsée)

Femme/Homme

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

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

Photo-épilation :

Réduction permanente des poils

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

Photo rajeunissement :

Pour traiter les séquelles des

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

Prenez rendez-vous : 819-727-1960

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

EMPLOI

Le Bulletin de L'Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, septembre-octobre 2017

SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL

— Mariella Collini

Si pour un bon nombre de travailleuses et de travailleurs, occuper leur emploi n'interfère pas avec leur sentiment de bien-être, pour d'autres, il peut cependant être synonyme de stress, de détresse et de harcèlement psychologique. Le présent article s'intéresse à différentes problématiques liées à la santé au travail en s'appuyant sur deux enquêtes de santé de même que des données administratives sur diverses lésions professionnelles.

Commençons avec le stress au travail.

Avec des titres aussi évocateurs que « Le stress au travail : un défi collectif » et « Quatre-vingt-cinq pour cent des employeurs canadiens indiquent que le stress est l'enjeu principal en matière de santé et productivité », le stress au travail est l'un des sujets d'actualité qu'il ne faut pas négliger.

L'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC)¹ réalisée en 2014 fournit les données les plus récentes disponibles sur la perception du stress ressenti au travail. En Abitibi-Témiscamingue, les personnes âgées de 15 à 74 ans affichent un degré de stress relativement élevé au travail; près du tiers d'entre elles (32 %) considèrent leurs journées de travail comme assez ou extrêmement stressantes. Bonne nouvelle cependant, le stress au travail vécu quotidiennement a diminué de manière significative dans la région, cette proportion étant établie à près de 39 % en 2007-2008.

La détresse psychologique au travail

L'Enquête québécoise sur la santé de la population 2014-2015² révèle que dans la région, environ 15 % des personnes de 15 ans et plus occupant un emploi rémunéré ont un niveau élevé de détresse psychologique liée à leur travail.

Le rapport d'enquête indique qu'un travailleur a un niveau élevé de détresse psychologique liée au travail s'il se situe à un niveau élevé de détresse psychologique et si ses sentiments sont « Complètement » ou « partiellement » reliés au travail.

Contrairement à ce qui prévaut à

l'échelle du Québec, où les femmes sont plus nombreuses que les hommes à associer leurs sentiments de détresse psychologique à leur travail, l'écart n'est pas significatif dans la région (16 % c. 13,5 %). L'Enquête permet toutefois de constater que la conciliation difficile entre la vie professionnelle et la vie privée ainsi que la présence de harcèlement psychologique au travail sont associées d'une manière particulière à la détresse psychologique liée au travail.

Le harcèlement psychologique

Et justement, au chapitre du harcèlement psychologique, qu'en est-il en Abitibi-Témiscamingue? Toujours à partir de l'Enquête québécoise sur la santé de la population 2014-2015², on apprend que la majorité des travailleuses et des travailleurs n'a pas fait l'objet de harcèlement psychologique, c'est-à-dire subi des paroles ou des actes répétés dans le cadre de leur travail ayant porté atteinte à leur dignité ou à leur intégrité.

Néanmoins, approximativement 18 % des personnes salariées de la région ont dit avoir été exposés à de tels actes au cours des 12 derniers mois précédant l'enquête. Parmi ceux-ci, 16 % se disent victimes de harcèlement psychologique à l'occasion et 2 %, souvent ou très souvent. On note que les femmes sont, en proportion, plus nombreuses à exprimer vivre une telle situation. Ainsi, 22 % des travailleuses et 11 % des travailleurs ont rapporté être victimes d'harcèlement psychologique sur une base occasionnelle.

Sources : 1. JOUBERT, Katrina et Rosanna BARALDI, La santé des Québécois : 25 indicateurs pour en suivre l'évolution de 2007 à 2014. Résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, ISQ, 2016.
2. CAMIRAND, Hélène, Issouf TRAORÉ et Jimmy BAULNE, L'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015, Résultats de la deuxième édition, ISQ, 2016.



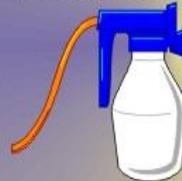
Martin Roch
Préfet
m.roch@martinroch.com

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

**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

R.B.Q.: 8293-8762-05

NOUS RECRUTONS!



Amos + La Sarre:

Temps partiel (11,50\$ à 13\$)

Rouyn-Noranda:

Temps plein (13\$ à 15\$)

Temps partiel (11,50\$ à 13\$)

POSTULEZ:

VAPO-T@OUTLOOK.COM

**ARTICLES VAPOTEURS-ARTICLES FUMEURS
CULTURE HYDROAPONIQUE - JEUX VIDÉO**

SECTION DES COMMUNIQUÉS

HORAIRE – NOVEMBRE 2017

LOCAL DE SANTÉ

SAINT-MARC-DE-FIGUERY

*Près de chez vous
Avec vous !*



Infirmière : Guylaine Bisson

🕒 **jeudi 2 novembre:**

- Prise de sang (8h30 à 9h30)
- Consultation au local de santé (9 h 30 à 11 h)

🕒 **mardi 7 novembre:**

- Vaccination antigrippale en après-midi

🕒 **jeudi 16 novembre:**

- Consultation au local de santé en après-midi

🕒 **jeudi 23 novembre:**

- Présence au village en avant-midi
- Consultation au local de santé en après-midi

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^e ÉTAGE

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

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

- 🕒 **lundi 6 novembre :** Landrienne
🕒 **mardi 28 novembre :** La Corne, salle Champagne



Système d'échange de temps

Pour devenir membre:
42 Principale Nord, Amos
819-732-6776 poste 1
info@trocheuresamosregion.ca
www.trocheuresamosregion.ca



La Société Canadienne du Cancer

offre plusieurs outils de cessation tabagique, comme le SMAT



En savoir plus >

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



ÉCOLE DE CIRQUE
122, 6^e Avenue Ouest
Amos (Québec) J9T 3Z3
819-727-1098

ÉCONOMISEZ 50%
sur vos frais de déplacement*

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



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

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

*certaines conditions s'appliquent



CONTACT AVEC L'ÉTAT

Ouragans, tempêtes tropicales: pouvez-vous annuler votre voyage?

Harvey au Texas, Irma aux Caraïbes... L'actualité de ces dernières semaines pousse un certain nombre de voyageurs québécois à s'interroger : annuler, mais à quel prix? Dans des circonstances aussi exceptionnelles, plusieurs choix s'offrent à vous.

Parlez à votre agence de voyages ou votre compagnie aérienne

«Politique en cas d'ouragan», «politique de bonne volonté», «assurance ouragan»... Plusieurs compagnies aériennes et agences de voyages encadrent les risques liés aux catastrophes naturelles.

Les politiques de compensation sont différentes d'une agence ou d'une compagnie à l'autre. On peut parfois :

- vous proposer de voyager à une autre date;
- vous proposer de voyager vers une autre destination;
- vous offrir un remboursement, en argent ou en crédits-voyages.

Renseignez-vous pour savoir si votre aéroport ou ville de destination fait l'objet d'un avis d'ouragan ou de tempête tropicale, et si les politiques s'appliquent dans votre situation.

Si votre voyage a été payé par carte de crédit

Comme les agences de voyages et compagnies aériennes, **les compagnies de carte de crédit ont parfois des politiques d'annulation** en cas d'ouragan ou de tempête tropicale. Attention : les conditions peuvent être nombreuses.

Vos assurances privées vous protègent-elles?

Si vous bénéficiez d'une assurance privée ou que vous êtes couvert par une assurance collective au travail, vous êtes peut-être protégé en cas d'annulation de voyage. Renseignez-vous pour connaître les modalités d'application.

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



NOTAIRES

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

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

PME INTER Notaires ABITIBI inc.

Auparavant « Bastien, Lantagne, Richard & Associés 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

www.pmeinter.com

pmeinter@notairesabitibi.com

Une étude de neuf (9) notaires à votre service

ÉQUIPEMENT AMOS LTD

SINCE 1961

Camions - INTERNATIONAL - Pièces

819 732-3331

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



René Trudel
Président

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

FABRINORD
LTÉE

Fabricant de remorque
Trailer manufacturer

René Trudel
président



CAT



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

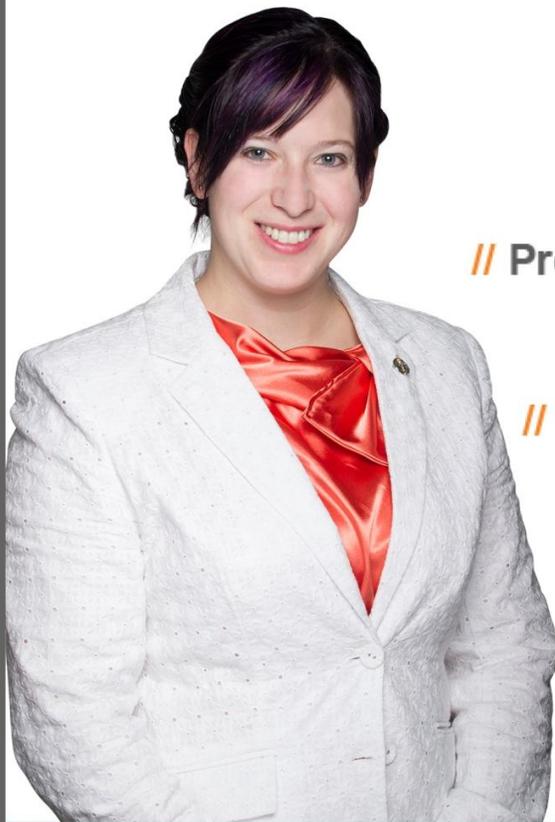


Novembre 2017



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Événement à venir : 13 décembre 2017 : Bibliothèque L'Heure du Conte, 19 h, SPÉCIAL NOËL		1  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	2 Services du CLSC : au 10 avenue Michaud: Prise de sang : 8 h 30 à 9 h 30 Consultation : 9 h 30 à 11 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	3 Bureau municipal fermé	4  Changement d'heure ►	5  Messe 9 h 30 Élection municipale Maison du Citoyen 10 h à 20 h
6 Cours de Country Heat, 19 h 30, Salle Mgr Duchemin Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	7  Ateliers de stimulation parents-enfants 0-5 ans 9 h 30 à 11 h 30 10, ave. Michaud Services du CLSC : au 10 avenue Michaud : Vaccination antigrippale en p.m. Catéchèse – livre #1 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	8  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	9 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	10 Bureau municipal fermé	11 SOUPER- THÉÂTRE REPAS BIÈRES ET SAUCISSES 17 H 30 Salle Mgr Duchemin	12  Messe 9 h 30
13 Cours de Country Heat, 19 h 30, Salle Mgr Duchemin Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	14 Réunion du Conseil de Fabrique, 19h Catéchèse – livre #2 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	15  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	16 Services du CLSC : au 10 avenue Michaud : Consultation au local de santé en p.m. Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	17 VENDREDI PIZZA-CINÉMA EN FAMILLE À LA MAISON DU CITOYEN 17 h 30 à 22 h Bureau municipal fermé	18 Bureau municipal fermé	19  Messe 9 h 30
20 Cours de Country Heat, 19 h 30, Salle Mgr Duchemin Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	21 Tombée des textes journal  Ateliers de stimulation parents-enfants 0-5 ans 9 h 30 à 11 h 30 10, ave. Michaud Catéchèse – livre #1 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	22  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	23 Services du CLSC : au 10 avenue Michaud : Présence au village en a.m. Consultation : 13 h à 15 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	24 Bureau municipal fermé	25 Bureau municipal fermé	26  Messe 9 h 30
27 Sortie du journal Cours de Country Heat, 19 h 30, Salle Mgr Duchemin Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	28 Catéchèse – livre #2 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	29  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	ANIMATION PASSE-PARTOUT : à la Maison du Citoyen Groupe A : 9 h à 11 h : 8 et 22 novembre 2017 Groupe B : 13 à 15 h : 8 et 22 novembre 2017 Groupe C : 13 h à 15 h : 13 et 27 novembre 2017		

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 des anniversaires

Christine Moore

Députée d'Abitibi-Témiscamingue

544, 1re Avenue Ouest, Bureau 101, Amos (QC) J9T 1V3
www.christinemoore.npd.ca // christine.moore@parl.gc.ca
819 732-2266 // 1 800 567-6433





HALLOWEEN!

PAUSE CAFÉ

E	A	R	R	E	B	E	T	R	A
A	B	E	O	R	A	N	G	E	R
N	S	C	C	F	I	V	R	I	A
O	O	R	T	A	S	A	B	O	I
I	R	E	O	N	I	M	O	O	G
R	C	E	B	T	F	P	R	O	N
C	I	T	R	O	U	I	L	L	E
F	E	T	E	M	E	R	O	F	E
M	R	O	E	E	E	E	T	E	L
T	E	A	N	A	F	O	I	C	C



ARAIGNEE	CITROUILLE	FETE
FANTOME	NOIR	OCTOBRE
ORANGE	SORCIERE	VAMPIRE



Mario Boutin, Raynald Corriveau
propriétaires

VENTES

Équipements forestiers

Piscines et spas

Balançoires

Ensembles de patios

Propane et équipement au propane

Tracteurs et tondeuses

Toro et Colombia

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

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

Email. : info@locationlla.com - www.locationlla.com



beachcomber
HOT TUBS



Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

Cartes d'affaires :	3 \$/mois	30 \$/année
Un quart de page :	4 \$/mois	40 \$/année
Demi-page :	6 \$/mois	60 \$/année
Page entière intérieure:	12 \$/mois	120 \$/année
Page entière couverture intérieure:	15 \$/mois	150 \$/année
Page entière couverture extérieure:	20 \$/mois	200 \$/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)
J0Y 1J0
Téléphone: 819-732-8601
Télécopieur: 819-732-4324

Courriel:
mun.stmarc@cableamos.com

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

	DATES DE LA RÉCEPTION DES TEXTES	DATES DE SORTIE DU JOURNAL
Janvier 2017	24 janvier 2017	31 janvier 2017
Février 2017	21 février 2017	27 février 2017
Mars 2017	21 mars 2017	27 mars 2017
Avril 2017	18 avril 2017	24 avril 2017
Mai 2017	23 mai 2017	29 mai 2017
Juin 2017	20 juin 2017	27 juin 2017
Juillet 2017	18 juillet 2017	24 juillet 2017
Août 2017	22 août 2017	28 août 2017
Septembre 2017	19 septembre 2017	25 septembre 2017
Octobre 2017	24 octobre 2017	30 octobre 2017
Novembre 2017	21 novembre 2017	27 novembre 2017
Décembre 2017	12 décembre 2017	18 décembre 2017

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

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

Un milieu de vie agréable, accueillant et paisible.

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

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



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



THIBAUT

AMOS



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



331, rue Principale Sud

Amos (Québec)

Téléphone :

Télocopieur :

Adresse électronique:

Site Internet :

J9T 2J8

819-732-5247

819-732-5268

thibault@cableamos.com

www.thibaultchrysler.com



Mario Collin

Carrossier

Bil-Yvon

Lettrage
Shik
Design

Body **B** Shop
BIL-YVON



- Débosselage de : camions lourds, autos, bateaux, roulottes, motoneiges, etc..
- Véhicules de remplacement
- Lavages auto/camion, compound, cirage
- Programme estimation/réparation avec les assurances

Dépositaire
des
lubrifiants



Téléphone : 819-732-8816 - Télécopieur : 819-727-2333

Carrosserie Bil-Yvon utilise des pièces d'origines approuvées par les compagnies d'assurances.

Lettrage
Shik
Design

Lettrage et impression numérique

automobiles, affiches, vitrines, enseignes,
bannières, signalisation et logos

841, avenue de l'Industrie, Amos (Québec) J9T 4L6

Téléphone : (819) 732-9170 - Télécopieur : (819) 732-9177

Adresse électronique : shik@cableamos.com