



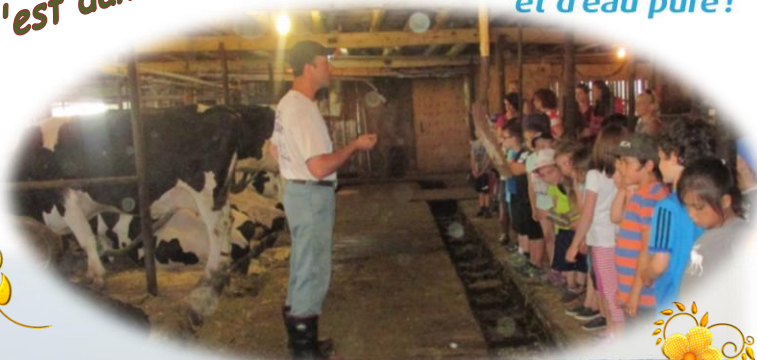
SAINT-MARC-DE-FIGUERY
«Ensemble pour construire l'avenir»



L'ÉVEIL CAMPAGNARD

Vous accueillir, Volume 16, numéro 6, 27 juin 2016
c'est dans notre nature!

**D'amour
et d'eau pure!**



**Saint-Marc-de-Figuery,
une municipalité à découvrir ou à redécouvrir!**





51, 10^e Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1W9

Téléphone : 819-732-5995

Télécopieur : 819-732-1949

www.hyundaiaamos.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 2016 SUR PLACE !

Santa Fe



Tucson



Sonata



TABLE DES MATIÈRES

Auteur des photos page couverture: Yvan Gélinas, Gabrielle Marchand, Jocelyne Bilodeau

Table des matières & Pensées du mois	3
Section paroissiale	4 à 6
Section municipale/Info-budget/Avis public/Info-municipal	7 à 10
Info-agente de développement	11
Info-recyclage	12
Info-environnement	13
Info-biblio	14
Info-pompier	15
Info-santé	16
Info-scolaire	17
Info-parents	18
Info-aînés	19
Info-culture	20
Recette du mois	21
De la terre à la table	22
Chronique quoi de neuf dans les applis	23
Section des nouvelles	24 à 33
Section des communiqués	34 à 45
Contact avec l'état	46
Calendrier détachable	47
Pause café	49

Pensées du mois

- Assume ton destin. Derrière les soucis, le chagrin et la peur, tu découvriras alors l'extraordinaire bonheur qu'est la confiance en soi.
- La confiance n'est pas une chose gratuite, il faut la mériter!
- La confiance est comme un château de sable: difficile à construire, mais facile à détruire!
- La foi, c'est de croire qu'un océan existe parce qu'on a vu un ruisseau.
- La confiance en soi, c'est la capacité de se confier, de s'exprimer, de se révéler à une autre personne sans avoir peur de se faire juger.
- Le manque de confiance en soi est un obstacle pour les impulsions.
- Faire confiance est une preuve de courage; être fidèle, un signe de force.
- Qui n'a pas confiance en autrui ne peut guère récolter la confiance d'autrui.
- Un profond sentiment de confiance a toujours le don de nous faciliter la prise de décision.
- On peut, à force de faire confiance, mettre quelqu'un dans l'impossibilité de nous tromper.

Source : <http://www.jumafred.com/ema/txtdiv55.php>

Nouveauté!
Massage
à
4 mains

Techni-massage Hélène Lefebvre

Maître Reiki et Initiation

*Massage suédois - Réflexologie - Reiki -
 Traitement pour cellulite -
 Harmonie du corps et exfoliation*

676 rue Miniac
 Amos
 J9T 3N6

Tél. : 819-727-2990



SECTION PAROISSIALE



INTENTIONS DE MESSES :

Dimanche 3 juillet 9h30 :

Simone Roy
(08-07-2009)
Offrande au service

René Boutin
(15-03-2015)
Les membres de la famille

Dimanche 10 juillet 9h30 :

Claude Leblanc
Par Yolande Leblanc

Dimanche 17 juillet 9h30 :

René, François et Thérèse Boutin
(15-03-2015)(18-10-2013)(20-12-2014)
Les membres de la famille

Dimanche 24 juillet 9h30 :

M. l'abbé Charles-Auguste Boulet
(14-04-2015)
Succ. Charles-Auguste Boulet

Dimanche 31 juillet 9h30 :

Dr Alain Dubois
(01-12-2014)
Offrande au service

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 3 juillet :

Yvette Marchand / En action de grâce

Semaine du 10 juillet :

Diane Sigouin / Pour les malades

Semaine du 17 juillet :

Rose-Emma Dupuis / Intentions personnelles

Semaine du 24 juillet :

Claire Côté et Denis Bédard / Intentions personnelles

Semaine du 31 juillet :

Diane Sigouin / 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 :

Vendredi, le 1^{er} juillet prochain, de 13h30 à 14h30, -
comme à tous les mois-, il y aura le 1^{er} Vendredi du mois à l'église.

Pendant cette heure, le Saint-Sacrement est exposé et il y a prière et adoration personnelle devant le St-Sacrement.

Invitation spéciale est faite à chaque paroissien(ne)

BAPTISÉE EN JÉSUS :

A été baptisée en l'église de Saint-Marc-de-Figuery, par Monsieur Mario Coulombe, d.p. (diacre permanent) :

➤ **Le 5 juin 2016 :**

Ethan (Louka) Larochelle fils d'Andréanne Mailloux et de Jean-Philippe Larochelle

Que l'arrivée de cette enfant soit une bénédiction!

Vœux de bonheur aux parents!

L'ÉVÊQUE VOUS INFORME... :

Pour la prochaine année pastorale, j'ai procédé à des changements d'équipe pastorale dans les paroisses de la zone d'Amos.

- ❖ Le père Michel Rodrigue, supérieur de la Fraternité apostolique Saint Benoît-Joseph Labre a demandé à être déchargé des paroisses Christ-Roi et Ste-Thérèse d'Amos, et de la mission Sainte-Catherine de Pikogan, pour avoir plus de temps à consacrer à la croissance et à la consolidation de la Fraternité, à la formation et à des ressourcements dans le diocèse. J'ai accepté cette demande et leur confie à partir de la fin du mois d'août qui vient, les paroisses de Saint-Félix-de-Dalquier, Saint-Dominique-du-Rosaire et Matagami.
- ❖ Une nouvelle équipe de pastorale sera formée pour les paroisses mentionnées ci-haut ainsi que : La Corne, Saint-Marc-de-Figuery, Landrienne, Villemontel, Launay, Guyenne, Saint-Gérard et Saint-Nazaire de Berry, Sainte-Gertrude, Manneville et Preissac. Quatre prêtres formeront cette équipe : l'abbé Raymond Martel, comme curé et les abbés Nicolas Tremblay, Xavier Zuluaga et Hector Ramirez (prêtres venus de la Colombie), comme vicaires.
- ❖ Les prêtres seront dans leurs nouvelles paroisses à partir du 21 août 2016; dans les jours suivants, ils compléteront leur aménagement.

Priez pour eux et pour moi afin que nous soyons avant tout des pasteurs selon le cœur de Dieu. Merci de votre compréhension.

Que Dieu nous bénisse!

Gilles Lemay, évêque du diocèse d'Amos

MINI-COMPOSTELLE À BARRAUTE DIMANCHE 24 JUILLET 2016 :

Bienvenue à tous les marcheurs intéressés à vivre un mini pèlerinage en l'honneur de saint Jacques-le-Majeur, patron de notre paroisse, qui est aussi à l'origine du célèbre pèlerinage de Saint-Jacques-de-Compostelle.

Notre marche, c'est 12 km sur une route de campagne, à vivre dans le partage, la prière ou le silence, du Mont-Vidéo jusqu'à notre église paroissiale. Il est possible de partir d'un endroit différent de trajet pour ceux qui souhaitent une marche plus courte.

- ✓ 7 h 30 : Pour les personnes qui veulent covoiturer jusqu'au Mont-Vidéo, rendez-vous devant l'église de Barraute...
- ✓ 7 h 45 : Consignes et départ dans le stationnement du Mont-Vidéo...
- ✓ 11h30 : Célébration dominicale à l'église de Barraute, suivie d'un dîner au sous-sol du presbytère. Apportez votre lunch...

Au besoin, des bénévoles seront disponibles pour vous ramener au Mont-Vidéo après l'activité.

Coût : Don volontaire pour couvrir les frais généraux

Pour inscription et information :

Éric Larose : ericlarose434@gmail.com 819-734-1376

Thérèse Auger : therese.auger@sec.cableamos.com 819-734-6828

Presbytère : 819-734-6405

PÈLERINAGE À SAINTE-ANNE DE ROQUEMAURE LE 26 JUILLET :

Venez en grand nombre participer au Pèlerinage à Sainte-Anne de Roquemaure le 26 juillet prochain.

- 10 h 30 1^{re} messe célébrée par l'abbé Denis Villeneuve...
- 15 h 30 Messe célébrée par Mgr Gilles Lemay...
 - suivie de la bénédiction des objets de piété...
- 16 h 45 Onction des malades...

INVITATION À TOUTE LA POPULATION

PÈLERINAGE INITIÉ PAR LES CHEVALIERS DE COLOMB D'AMOS (3E DEGRÉ) :

Dimanche, **14 août 2016 à 15 heures**, à la Cathédrale Sainte-Thérèse d'Avila

ANNIVERSAIRES ET/ OU ÉVÉNEMENTS :

- 1^{er} juillet : Fête du Canada...
 - : 1^{er} Vendredi du mois - adoration de 13 :30 à 14 :30...
- 3 juillet : Saint Thomas, apôtre...
- 16 juillet : Notre-Dame du Mont-Carmel...
- 24 juillet : Mini-Compostelle à Barraute...
- 25 juillet : Saint Jacques, apôtre...
- 26 juillet : Sainte Anne, patronne de la province de Québec et saint Joachim, parents de la Vierge Marie...
- 26 juillet : Pèlerinage à Ste-Anna-de-Roquemaure...
- 29 juin : Saints Pierre et Paul, Apôtres...



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

Sylvie Fleuriste

**Sylvie Rouillard
Propriétaire**

67, 1^{ère} Avenue Ouest, Amos (Québec) J9T 1T7
Téléphone : 819-727-4747 - Télécopieur : 819-727-4047



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

Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors de la séance du 6 juin dernier.

1. Le procès-verbal de la séance ordinaire du conseil du 2 mai est adopté sans modification.
2. Autorisation d'une dérogation mineure à la Miellerie la Grande Ourse pour l'installation d'une enseigne de 8.9 mètres carrés permettant une meilleure visibilité.
3. Autorisation d'une dérogation mineure à la Miellerie la Grande Ourse pour l'installation d'une serre en cours avant ayant une marge de 5.8 mètres.
4. Autorisation d'une dérogation mineure, au 231 chemin des Prés, afin de régulariser l'empiètement de la galerie et de sa toiture et autorisation d'une dérogation de la marge arrière de la remise à 1.96 mètre.
5. Autorisation de signature à la directrice générale et secrétaire-trésorière pour les permis de voiries dans le cadre du projet d'assainissement des eaux.
6. Octroi du contrat pour le projet d'assainissement des eaux à Ysys Corporation au montant 2 404 275.59\$ incluant les taxes étant le plus bas soumissionnaire conforme. Les travaux devraient débuter dans la semaine du 11 juillet 2016 et se terminer dans la dernière semaine de novembre.
7. Le projet de lotissement du projet domiciliaire de la Miellerie La Grande Ourse est accepté, tel que déposé.
8. Dans le cadre du Relais pour la vie, la municipalité soutient financièrement pour un montant de 50\$, monsieur Daniel Boutin et monsieur Mario Deschâtelets.
9. Dans le cadre des Festivités champêtres, la municipalité versera un montant de 220\$ pour une page intérieure du livre souvenir.
10. Le conseil tient à affirmer sa collaboration à la municipalité de Clermont dans le dossier du programme d'aide à l'entretien du réseau routier local.
11. Le conseil acquiesce à la demande de la Fabrique de St-Marc pour une aide financière de 4 000\$ afin de financer la réfection du clocher de l'Église. Cette aide sera versée sur deux ans à la condition que l'ensemble du financement nécessaire soit atteint et que les travaux aient lieu.
12. La mise à jour du plan de sécurité civile est adoptée.
13. Les règlements #236, #237 et #240 sont adoptés et transmis à la MRC d'Abitibi pour l'obtention du certificat de conformité.
14. Adoption des dépenses

Comptes payés en mai 2016 pour un total de 75 662.22\$

Versement par chèque C16000094 à C1600119

Paieement en ligne sécurisé L1600031 à L16000036

Paieement par transfert électronique P16000073 à P16000081

Consulter la liste complète à la page suivante

Comptes à payer en juin 2016 pour un total de 13 404.50 \$

Salaires payés en mai 2016

D1600085 à D16000101 pour un montant total de 7 908.40 \$

Salaires à payer en juin 2016

D16000102 à D16000136 pour un montant total de 14 656.92 \$ (incluant conseil)

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, LE 4 JUILLET 2016, 19 h 30 AU 162 CHEMIN DES PRÉS.



MUNICIPALITÉ ST-MARC-DE-FIGUERY

Liste des chèques du mois de mai 2016

N°chèque	Nom	Description	Montant
C1600094	C.D.BOUTIN	Essence, diesel, poste, quincaillerie	972,08
C1600095	CANADA POST CORPORATION	Frais poste Éveil Campagnard	47,09
C1600096	ÉRIC GAGNON	Installation logiciels	220,00
C1600097	VILLE D'AMOS	Site enfouissement et écocentre	2 876,67
C1600098	C.D.BOUTIN	Raconte-moi mon village (remb avec profits)	1 087,77
C1600099	MINISTRE DES FINANCES	Autorisation ministère environnement	285,00
C1600100	DESJARDINS SÉCURITÉ FINANCIÈRE	Assurances collectives	1 327,91
C1600101	ANIMALERIE BENJI	Ramassage animal	200,00
C1600102	SANIMOS INC.	Collecte matières résiduelles	5 758,33
C1600103	PLOMBERIE GERMAIN ROY INC.	Changement système chauffage	5 743,00
C1600104	EXCAVATION GILBERT SHEEHY INC.	Dernier versement déneigement	20 221,18
C1600105	ATELIER KGM INC	Vérification mécanique camion pompiers	121,30
C1600106	FERME AMAUVI INC.	Servitudes assainissement des eaux	3 599,00
C1600107	CANADA POST CORPORATION	Frais poste informations qualité eaux	47,09
C1600108	GABRIEL CLOUTIER, GENEVIÈVE LESSARD	Servitudes projet assainissement des eaux	500,00
C1600109	MIELLERIE DE LA GRANDE OURSE	acquisition terrain assainissement des eaux	9 529,44
C1600110	PAVAGE ABITIBI	balayage chemins	1 063,52
C1600111	MONSIEUR MARIO PERRIER	Servitudes assainissement des eaux	500,00
C1600112	ANNULÉ		Annulé
C1600113	ÉBÉNISTERIE R.N. INC.	Servitudes assainissement des eaux	574,88
C1600114	MONSIEUR YVON BILODEAU	servitudes et acquisition terrain assainissement des eaux	7 571,06
C1600115	BASTIEN, LANTAGNE, RICHARD	frais de conciliation	919,80
C1600116	DANIEL TÉTREAU	audit MTQ et Recyc-Qc	1 264,73
C1600117	RADIO BORÉALE	publicité touristique	369,96
C1600118	MUNICIPALITÉ DE LA MORANDIÈRE	frais repas formation	16,75
C1600119	NORTRAX	couteaux niveleuse	777,05
L1600031	MINISTÈRE DU REVENU DU QUÉBEC	Déduction à la source, provinciale	4 131,55
L1600032	MINISTÈRE DES FINANCES	déduction à la source, fédérales	1 622,59
L1600034	BELL MOBILITE	Cellulaires	175,57
L1600035	HYDRO-QUÉBEC	Élec. 10 av. Michaud, bureau municipal parc héritage Garage caserne	1 412,16
L1600036	TÉLÉBEC LTÉE	téléphone bureau et maison du citoyen	242,41
P1600073	Les Entreprises Roland Doyon inc.	Clés et vadrouille	55,13
P1600074	LOCATION LAUZON AMOS INC	Propane dégeleuse	15,48
P1600075	M & M NORD OUEST INC.	Fournitures garage et pelle	47,06
P1600076	MÉDIAS TRANSCONTINENTAL S.E.N.C.	Avis public règlement emprunt	917,51
P1600077	ZIP LIGNES	Poteaux et manchon signalisation	38,08
P1600078	LOCATION LAUZON AMOS INC	Fournitures garage	25,24
P1600079	OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION	Solde de la part municipale 2015 HLM	742,25
P1600080	IMPRIMERIE HARRICANA	Impression journal Éveil campagnard	561,08
P1600081	LAROCHE KAREN	Entretien ménager	82,50
			75 662,22



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 juillet 2016 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'agrandissement du chalet qui est 4.3 mètres à l'intérieur de la marge de recul arrière de 15 mètres.
L'agrandissement a fait l'objet d'un permis le 23 janvier 1995, sans certificat ou plan d'implantation. Le règlement est entré en vigueur en 1992

Identification du site concernée :
217 chemin des Riverains

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

Donné à Saint-Marc-de-Figuery, ce huitième jour de juin deux mille seize.

Céline Dupras
Directrice générale et
secrétaire-trésorière



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 juillet 2016 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 :

Implantation d'une serre de 2.75m X 3.96m en cour arrière avec une marge arrière de 1.5m et une marge latérale de 1m dérogeant de la réglementation du 2m.

Identification du site concernée :
217 chemin des Prés

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

Donné à Saint-Marc-de-Figuery, ce huitième jour de juin deux mille seize.

Céline Dupras
Directrice générale et
secrétaire-trésorière

MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY
AVIS PUBLIC



CHIENS ET CHATS

Veillez vous assurer que vos animaux de compagnies reçoivent toute l'attention qu'ils méritent. Gardez-les dans votre cours et assurez-vous que ceux-ci ne dérangent pas le voisinage. Évitez de nourrir les chiens et les chats errants.

Si votre chat n'est pas attaché et qu'il parcourt les plates-bandes de vos voisins, les bacs de sable des enfants, vous pourriez encourir des amendes.

Si votre chien hurle et jappe sans arrêt ou à répétition, vous pourriez être dans l'obligation de vous en départir.

La quiétude des milieux de vie est importante et chacun doit faire de son mieux pour ne pas troubler la paix.

Céline Dupras
Directrice générale

ABAT POUSSIÈRES

Soyez avisé que l'épandage d'abat poussières s'effectuera seulement au milieu du mois de juillet, soit après les travaux sur le chemin des Charolais, le chemin du Domaine-du-Rêveur, le chemin de l'Anse et de la route de l'Hydro. Si nous recevons rapidement l'autorisation du ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire soit avant la mi-juin, les travaux débiteront plus tôt et l'épandage pourra s'effectuer avant.

Notez qu'aucun épandage ne sera fait sur le chemin de la Promenade, le chemin des Haut-Bois, la première section du chemin du Boisé et le chemin de l'Église puisque du traitement surface double sera appliqué au mois d'août et que l'abat-poussières est déconseillé par l'entrepreneur qui sera responsable des travaux. De plus, les travaux de réfection de ces chemins auront lieu tout au long de la mi-juin, de juillet et jusqu'au milieu du mois d'août.

INFO-MUNICIPAL



À TOUS LES PROPRIÉTAIRES DE CHIEN

Il est maintenant temps de faire le renouvellement de la licence de votre animal. Elle est disponible à l'administration municipale du 162, chemin des Prés, au coût de 15 \$ pour 2 ans.



AVIS



À TOUS LES PROPRIÉTAIRES DE CHIENS :

IL EST DE VOTRE RESPONSABILITÉ DE CONSERVER VOTRE ANIMAL SUR VOTRE PROPRIÉTÉ, EN CAS DE PLAINTÉ, SOYEZ AVISÉ QUE VOUS COMMETTEZ UNE INFRACTION À L'ARTICLE 5 DU RÈGLEMENT MUNICIPAL ET QUE VOUS ÊTES PASSIBLE D'UNE AMENDE DE 60 \$.

Article 5

« Tout chien qui sort à l'extérieur d'un bâtiment doit être tenu ou retenu au moyen d'un dispositif (attache, laisse, clôture, etc.) l'empêchant de sortir de ce terrain. »

Le défaut de se conformer à l'avis de plainte constitue une infraction et le gardien du chien est passible d'une amende de 60 \$.

UN PETIT RAPPEL



N'oubliez-pas que si vous prévoyez réaliser des projets d'agrandissement, de rénovation, d'ajout de bâtiment, etc., LA PREMIÈRE ÉTAPE est de rencontrer l'inspecteur municipal afin de vous assurer que les normes sont respectées et obtenir votre permis! Mais encore de ne pas être dans l'obligation de recommencer !



PROJET ASSAINISSEMENT DES EAUX

UNE RENCONTRE D'INFORMATION AURA LIEU

MERCREDI LE 6 JUILLET 18H30, AU SOUS-SOL DE L'ÉGLISE.

TOUS LES PROPRIÉTAIRES DE RÉSIDENCES OU D'ENTREPRISES QUI BÉNÉFICIAIENT DU SERVICE D'ÉGOUT OU QUI BÉNÉFICIERA DU SERVICE D'ÉGOUT DOIVENT Y ASSISTER OU DÉLÉGUER UNE PERSONNE POUR LES REPRÉSENTER.

NOUS DISCUTERONS DES COÛTS, DES TRAVAUX QUI AURONT LIEU, DE LA PÉRIODE DES TRAVAUX, DES PROCÉDURES DE BRANCHEMENT AU RÉSEAU ET DES AUTRES OBLIGATIONS À RESPECTER. NOUS RÉPONDRONS À VOS QUESTIONS ET UN REGISTRE DES COORDONNÉS POUR VOUS JOINDRE SERA DISPONIBLE

CÉLINE DUPRAS



INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

LA RURALITÉ, C'EST UN MILIEU DE VIE DE QUALITÉ



À cette idée de grands espaces naturels est souvent associée celle que la ruralité est un milieu de vie de qualité. On y mène une vie de qualité, très connectée à la nature qui nous entoure. C'est un havre de paix où il fait bon se ressourcer en profitant de la tranquillité. C'est aussi un endroit où il est possible de faire de nombreuses activités de plein air, ce qui en fait un lieu de villégiature important.

La ruralité, c'est également un milieu de vie de qualité en raison des gens qui y vivent. Ce sont des gens dynamiques, autonomes, courageux, débrouillards et proactifs. Ce sont des gens libres. Tout le monde se connaît, ce qui permet l'entraide et le partage entre voisins, mais aussi les fêtes communes. Les ruraux de notre région savent se mobiliser lorsque le besoin s'en fait sentir. La ruralité en Abitibi-Témiscamingue est donc un lieu de proximité et de solidarité. C'est un milieu sécuritaire, un espace pour grandir, un lieu pour élever sa famille et un endroit pour prendre sa retraite.

Toutefois, ce milieu de vie de qualité n'est pas sans problèmes. Malgré la proximité des gens, la solitude et l'éloignement se font parfois sentir. De plus, il existe une certaine carence en regard des services, notamment pour l'accès à Internet, et un déficit au niveau de l'information régionale.

LA RURALITÉ, C'EST UNE IDENTITÉ FORTE ET UN SENTIMENT D'APPARTENANCE IMPORTANT

Dans le monde rural de l'Abitibi-Témiscamingue, une conscience identitaire prend forme et se développe. Elle repose sur la grande beauté du territoire, sur son histoire, sur les premiers colonisateurs que l'on peut encore côtoyer, sur son patrimoine, sur l'authenticité, le dynamisme, la solidarité et la détermination des gens qui y vivent ainsi que sur les familles qui l'ont habité et y habitent encore.



La ruralité de la région est un territoire qui commence à s'aimer et qui arrive à peine à sa maturité, à l'aube de sa vie adulte. Elle devient un réel personnage. En Abitibi-Témiscamingue, la ruralité se caractérise également par le fort sentiment d'appartenance des gens qui y vivent. On y retrouve en effet des gens très préoccupés par leur milieu. Ce sont des résistants, des gens qui luttent contre l'assimilation et la disparition.

Ils se reconnaissent une capacité d'action et de prise en charge individuelle et collective. Toutefois, c'est un milieu moins traditionnel qu'on le dit : il est ouvert sur le monde, sur l'immigration et les autres cultures. Il développe une vision internationale.

Extrait de : Les multiples facettes d'un diamant, La ruralité en Abitibi-Témiscamingue, produit par La Conférence Régionale des Élus de l'Abitibi-Témiscamingue



**Raymond Chabot
Grant Thornton**

L'instinct de la croissance

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

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

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

François Lemire, CPA, CGA
lemire.francois@rcgt.ca

Comptables professionnels agréés
Membre de Grant Thornton International Ltd



INFO-RECYCLAGE



Voici des données chiffrables concernant
quelques éléments de cette 16^{ième} cueillette annuelle:

Nombre	Volume
Conteneur à bois :	1 de 40 verges
Conteneurs à ferraille	2 de 20 verges
Conteneurs à ordures:	4 de 40 verges
Livres de batteries alcalines :	60 livres
Pneus:	80 pneus
Contenants de peinture 3,41 à 3,71 L:	60
Contenants de peinture 20 L :	4
Contenants de peinture 284 ml:	30
Contenants de peinture 875 ml à 1 L:	15
Bombonnes en aérosol :	200 contenants
Bombonnes de propane:	12 petites
Ampoules fluo compactes :	100
Tubes fluorescents divers longueurs:	48 pieds au total
matériels électroniques et informatiques :	
3 imprimantes	2 scanners
16 téléviseurs	12 claviers
8 écrans à ordinateur	1 radio
16 ordinateurs	2 systèmes de son

C'est Maxime Lantagne, Jocelyn et Jérémy Bérubé aidé de Diane Laverdière, conseillère et Jocelyne Bilodeau, agente de développement qui ont accueilli les citoyens qui venaient déposer leurs rebuts dans les conteneurs selon les matières et distribuer des arbres.



◀ Lilly Gélinas, avec l'un des arbres qu'elle a choisis.

Comme par les années passées, au début du printemps, un projet avait été déposé à l'Association forestière de l'Abitibi-Témiscamingue, dans le cadre de cette Journée Environnement. Ce projet a permis de faire la distribution gratuite de 1 704 arbres à tous ceux qui sont venus déposer des résidus au cours de la journée du 28 mai dernier.

Nous remercions la population de sa participation et collaboration.

RÉUSITECH
inc.

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

Steve St-Laurent & Guy Dorval

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

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



INFO-ENVIRONNEMENT



Changements climatiques

Depuis 1950, la température moyenne annuelle a augmenté de 1 à 3°C au Québec selon les régions. Et les prévisions annoncent que cette hausse pourrait atteindre 4°C en 2050 et 7°C en 2100! Difficile de le nier; la planète se réchauffe. Les causes de ce réchauffement sont intimement liées aux activités humaines. La croissance mondiale du secteur industriel et de la démographie fait augmenter de façon importante l'utilisation d'énergies fossiles comme le charbon, le pétrole ou le gaz. Ce sont malheureusement de gros émetteurs de gaz à effet de serre. L'objectif planétaire actuel est de maintenir **la hausse des températures sous la barre des 2°C** par rapport aux niveaux préindustriels. Les 195 pays participants à la Conférence de Paris en 2015 ont d'ailleurs signé un accord en ce sens. Mais l'utilisation des combustibles fossiles étant bien ancrée dans les habitudes des gens, les efforts pour réduire cette utilisation doivent donc se poursuivre.

Les forêts sont nos alliées

Dans un rapport publié en 2014, le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC) propose différents scénarios d'atténuation des changements climatiques. On y évoque des interventions humaines visant à « réduire les sources et **renforcer les puits** de gaz à effet de serre ». Dans ce même rapport, le GIEC désigne le « **boisement, la gestion durable des forêts et la réduction du déboisement** » comme des mesures prometteuses. Pas de doute, les forêts sont de précieuses alliées dans la lutte contre les changements climatiques à l'échelle planétaire. Les arbres peuvent limiter les impacts des événements climatiques extrêmes tels que les vents violents, les pluies torrentielles et les inondations. La présence d'arbres contribue à absorber les eaux de ruissellement en milieu urbain et réduit l'érosion des bandes riveraines. En été, les arbres créent des îlots de fraîcheur qui compensent les îlots de chaleur dans les environnements très bétonnés (stationnements, centres-villes, développements immobiliers).

Même une fois coupé, l'arbre peut encore contribuer à la lutte contre les changements climatiques. En effet, le bois est le seul matériau de construction issu d'une ressource renouvelable. Sa transformation requiert beaucoup moins d'énergie que les autres matériaux utilisés en construction, ce qui lui confère une empreinte environnementale plus faible et en fait le choix le plus écologique qui soit. L'utilisation accrue du bois en construction permet, d'une part, de garder captif et hors de l'atmosphère le carbone que les arbres ont capté lors de leur croissance et, d'autre part, d'éviter les émissions de gaz à effet de serre découlant du recours à des matériaux plus énergivores.

Une tempête dans nos forêts

Dans l'avenir, les changements climatiques devraient avoir un impact sur la plupart des activités économiques du Québec, et le secteur de la foresterie ne fait pas exception. L'augmentation des températures pourrait allonger la saison de croissance des arbres et la productivité des forêts. En revanche, cela pourrait favoriser la prolifération d'insectes ravageurs et d'espèces exotiques envahissantes ainsi que la fréquence et l'intensité des feux de forêt. Certaines essences d'arbres migrent déjà graduellement vers le nord. Des événements extrêmes comme le verglas, les pluies torrentielles et les tempêtes sont aussi susceptibles d'affecter nos écosystèmes forestiers sur une base plus fréquente. L'aménagement forestier exige une planification à long terme. Dans le contexte des changements climatiques, la gestion forestière devra en plus s'adapter à ces nouveaux défis.

Conclusion

Les arbres et le matériau bois contribuent à freiner les changements climatiques. Pour les aider à jouer ce rôle, il faut s'assurer d'un plus grand maintien des arbres dans le couvert forestier et de leur renouvellement à l'échelle mondiale. En procédant au reboisement des endroits qui le nécessitent, en s'assurant d'aménager durablement la forêt et de transformer les arbres en matériaux durables, on retire pour longtemps d'importantes quantités de gaz à effet de serre de l'atmosphère, et ce, à partir d'une ressource renouvelable et locale. Pour limiter davantage les changements climatiques, il ne reste plus qu'à réduire les sources d'émission de gaz à effet de serre!

TERRASSEMENT & EXCAVATION MARCHAND

Licence RBQ : 8247979134

134, chemin de la Rivière

Saint-Marc-de-Figuery, QC, J0Y 1J0

Téléphones : 819-732-8583

1-877-732-8583

Télécopieur : 819-732-0342

Adresse électronique: marchand@sec.cableamos.com

Site Internet : www.terrassementexcavationmarchand.com

Avec Marchand, on va de l'avant



Services :

Excavation générale

Déneigement

Terrassement

Fosses septiques en ciment

Vente et transport granulaire (gravier, terre noire tamisée, etc.)

Marques:

Bionest

Creusage de cave

Égouts et aqueducs

Transport de gravier

Transport hors-norme

Ecoflo®

Construction de chemin forestier

Génie civil

Installation de champ d'épuration

Fardiers, diabolos et quatrième essieu

INFO-BIBLIO

Les bienfaits de la lecture

« Lire est le seul moyen de vivre plusieurs fois. »

— Pierre Dumayet, *Le Nouvel Observateur, Lectures pour tous*

Lire ou subir, il faut choisir...

La lecture n'a que des avantages. Elle est le meilleur moyen pour l'apprentissage, le développement mental et l'expression orale. Elle développe les fonctions cognitives dans des proportions étonnantes. Lire est du meilleur profit à tout âge.

Il existe un risque de voir la lecture supplantée par les médias modernes avec, pour première conséquence, une détérioration des facultés mentales et l'augmentation de l'illettrisme. Voyons quelques-uns seulement des bienfaits de la lecture, comparativement à ces autres médias. Pour faire un parallèle classique, confrontons la lecture et la télévision sur les plans cognitif et psychologique. Que se passe-t-il dans notre cerveau lorsque nous regardons la télévision ? En réalité, ce sera vite fait : il ne se passe pratiquement rien !



Le goût de lire

« Une vie sans lecture est une vie que l'on ne quitte jamais, une vie entassée, étouffée de tout ce qu'elle retient. »

— Christian Bobin, *Une petite robe de fête*

Nourriture pour l'esprit.

Pour développer le goût de la lecture, il faut créer un environnement physique et psychologique propice. Cela commence parfois par ôter ce qui fait obstacle à la lecture. C'est le cas, entre autres, de la télévision.

Pour faire le lien avec nos précédents articles traitant de la lecture (voir les liens connexes), citons les propos d'un journaliste japonais : « D'une culture de lecteurs, nous dérivons vers une culture de spectateurs. », déplorant le rôle toujours plus grand des divertissements audiovisuels, télévision comprise. Le danger télévisuel existe-t-il ? Comment donner goût à la lecture, aux petits comme aux grands ?



Source : http://vr2.fr/les_newsletters/public/2011/mai/les_bienfaits_de_la_lecture.php

Bibliothèque fermée les mercredis en soirée du 22 juin au 31 août 2016

Il est possible de faire du prêt de volumes aux heures régulières d'ouvertures de la Maison du citoyen soit : du lundi au jeudi de 8 h à 16 h

RAPPEL

La période printanière en est une aussi du grand ménage, nous vous rappelons que vous avez des livres dont vous désirez vous départir, il nous fera plaisir de les recueillir.

Il est possible de venir les déposer du lundi au jeudi entre 8 h et 16 h.

Pour plus d'informations, contactez Jocelyne Bilodeau au 819-732-8601



Aspiramos

VACexpert



**MÉLANIE
BOUCHARD**

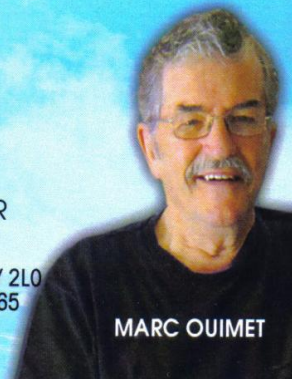
- Affutage de ciseaux et de clés
- Aspirateurs centraux et portatifs
- Résidentiel - Commercial - Industriel
- Machine à coudre

812, 1^{re} Avenue Ouest, Amos, QC J9T 1V8
Tél. : 819 732-5286 • 1 888 646-5286
Cell. : 819 443-3587 • Fax : 819 732-0576
aspiramos@gmail.com

AIR MOS+

- + COFFRAGES ISOLANTS
- + ÉCHANGEURS D'AIR
- + PURIFICATEURS D'AIR

RBQ : 8284-5918-01
405, Route 395, Ste-Gertrude, Qc J0Y 2L0
Tél. : 819 732-8416 • 819 442-0865
vacexpert6@gmail.com



MARC OUMET

Les BARBECUES et le PROPANE

QUELQUES NOTES SUR LE PROPANE

Le propane est une source d'énergie pratique et sûre, à la condition de respecter certaines règles de sécurité élémentaires. Le propane est non toxique, incolore et inodore. Par souci de sécurité, les fabricants sont tenus d'y ajouter un produit qui dégage une odeur semblable à celle d'oeufs pourris ou de chou bouilli pour permettre de vous alerter en cas de fuite.



ENTRETIEN DE VOTRE BARBECUE AU PROPANE

Même s'il est conçu pour affronter toutes les températures, votre barbecue nécessitera un minimum d'entretien chaque année pour vous permettre d'en tirer le maximum d'efficacité en toute sécurité.

- Examinez l'état de votre brûleur et, si vous constatez qu'il est percé à plusieurs endroits, consultez un détaillant spécialisé;
- Appliquez une solution savonneuse sur tout le boyau et ses raccords. Si vous décelez la formation de petites bulles, c'est qu'il y a une fuite. Remplacez le boyau et ses raccords;
- Si votre bouteille de propane est défectueuse ou âgée de plus de 10 ans, veuillez la remplacer par une nouvelle (la plupart des commerçants les récupèrent).



Un message du Service de
Sécurité Incendie de la MRC
d'Abitibi.



McGUIRE, BENOIT, LAFORTUNE, DUBOIS AVOCATS



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

RENÉE DUSSAULT, D.E.C., LL.B

ÉRIC BENOÎT, D.E.C., LL.B

FRÉDÉRICK HUGO LAFORTUNE, D.E.C., LL.B

MARIE-ANDRÉE DUBOIS, LL.L, M.S.V.D.

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

39-A, 1^{ère} Avenue Ouest

Amos (Québec) J9T 1T7

Téléphone : 819-732-5258

Télécopieur : 819-732-0394

Adresse électronique : mcguire.dussault@cableamos.com

INFO-SANTÉ

Les personnes et facteurs de risque de la maladie d'Alzheimer

Les personnes à risque

- Les personnes âgées de 60 ans et plus. L'âge est le principal facteur de risque : le risque de développer la maladie double tous les 5 ans à partir de 65 ans;
- Les **femmes** (parce qu'elles vivent plus longtemps que les hommes);
- Les personnes qui ont un **parent**, un frère ou une soeur atteints de la maladie d'Alzheimer. Leur risque d'en être atteint à leur tour est accru de 10 % à 30 % par rapport au reste de la population;
- Les personnes dont un parent est atteint de la **forme familiale héréditaire** de la maladie d'Alzheimer. Les enfants ayant un parent atteint ont une probabilité de 50 % d'avoir eux-mêmes la maladie;
- Les personnes d'**origine hispanique et afro-américaine** ont plus de risque d'avoir la maladie (jusqu'à 2 fois plus)³.

Les facteurs de risque

Facteurs les plus importants

- L'hypertension systolique;
- L'hypercholestérolémie;
- Un diabète mal contrôlé par la médication;
- Le tabagisme.

Facteurs de moindre importance

- Des traumatismes graves à la tête avec **perte de conscience** (survenant, par exemple, chez les boxeurs);
- L'obésité;
- Des antécédents personnels de dépression.

Les symptômes

- Altération de la **mémoire à court terme** (nom des nouvelles personnes rencontrées, événements des heures ou des jours précédents, etc.);
- Difficulté à retenir de nouvelles informations;
- Difficulté à exécuter les **tâches familiales** (fermer les portes à clé, prendre des médicaments, retrouver des objets, etc.);
- Difficultés de langage ou **aphasie** (difficulté à trouver ses mots, discours moins compréhensible, emploi de mots inventés ou inappropriés);
- Difficulté à suivre une conversation, un cheminement de pensée;
- Difficulté ou incapacité à planifier (repas, budget, etc.);
- Perte graduelle du **sens de l'orientation** dans l'espace et dans le temps (difficulté à retrouver le jour de la semaine, se souvenir de la saison, des dates d'anniversaire, du moment de la journée, incapacité à retrouver son chemin...);
- Troubles des gestes ou **apraxie** (difficultés à écrire, à boutonner sa veste, à utiliser des objets courants, à se laver...);
- Difficulté à saisir les **notions abstraites** et à suivre un raisonnement;
- Difficulté à reconnaître les objets, les visages des proches (**agnosie**);
- Atteinte progressive de la **mémoire à long terme** (perte des souvenirs d'enfance et de l'âge adulte);
- Changements d'**humeur** ou de comportement, parfois agressivité ou délire;
- Changements de personnalité;
- Perte progressive d'autonomie.

3. Alzheimer's Association Report. 2010 Alzheimer's next term disease facts and figures. Alzheimer's and Dementia. Volume 6, Issue 2, March 2010, Pages 158-194.

Source : <https://alcoolisme.ooreka.fr/comprendre/alcool-peau-vieillessement>



**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

Comment procéder pour un changement d'école pour mon enfant?

L'inscription de votre enfant est annuelle. La commission scolaire inscrit automatiquement votre enfant à l'école de son secteur d'origine si les services éducatifs requis y sont offerts, et ce, même s'il fréquente une autre école.

Cependant, si vous désirez inscrire votre enfant dans une autre école, vous devez adresser une demande écrite à la direction d'école de votre secteur d'origine en y inscrivant les motifs de ce changement. Si vous bénéficiez déjà d'un changement d'école, vous devez faire votre demande écrite à la direction de votre secteur d'origine à chaque année !

Une demande de changement d'école pourra être acceptée si les conditions suivantes sont respectées:

- Les services éducatifs requis pour votre enfant y sont dispensés;
- L'inscription ne provoque pas l'augmentation du nombre de groupes d'élèves prédéterminé par la commission scolaire pour cette école ;
- L'acceptation de votre enfant dans sa nouvelle école est conforme à la procédure de sélection adoptée par la commission scolaire ;
- L'inscription ne provoque pas un dépassement du nombre d'élèves déterminé par la commission scolaire pour le(s) groupe(s) d'élèves de cette école ;
- La demande doit être reçue à l'école de votre secteur d'origine durant la période d'inscription.

La Commission scolaire Harricana veut conscientiser les parents à l'importance de scolariser leur enfant dans leur milieu d'origine afin d'assurer le maintien des écoles et des services éducatifs de qualité. **Sauf exception, la direction de votre école de secteur vous confirmera l'acceptation ou le refus du changement d'école demandé.**

De plus, la Commission scolaire Harricana détermine des critères particuliers pour la formation des groupes à vocation particulière de musique de l'école Sacré-Coeur/Saint-Viateur.

Le droit du choix de l'école ne permet pas d'exiger le transport scolaire.

Pour de plus amples informations, veuillez consulter le document : [«Critères pour l'inscription des élèves dans les écoles»](#)

Source: www.csharricana.qc.ca



EBENISTERIE
R.N.
R.B.Q. : 8115-6242-43 **INC.**

TÉLÉPHONE / TÉLÉCOPIEUR
819 727-9661
ebenisterie.r.n@cableamos.com
prop. Gabriel Cloutier
cell. : 819 444-6170

- ARMOIRES DE CUISINE
- ARMOIRES DE SALLE DE BAIN ET VANITÉ
- MEUBLES
- FABRICANT D'AMEUBLEMENT DE BUREAU
- COMPTOIRS ET MEUBLES COMMERCIAUX

VOTRE PROJET, NOTRE FIERTÉ

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

401, ROUTE 111 EST C.P. 75, SAINT-MARC-DE-FIGUERY (QC) JOY 1J0

INFO-PARENTS

Images 3D : protégez les enfants !

L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) recommande aux parents de protéger leurs enfants des nouvelles technologies audiovisuelles en 3D stéréoscopique (3Ds, communément appelée 3D). Explications.



Le danger n'est pas avéré

Les images 3D sont-elles dangereuses pour les yeux des enfants ? Selon l'Anses, **il est difficile de se prononcer sur la dangerosité de ces images**. En revanche, par principe de précaution, elle déconseille aux parents d'exposer aux technologies 3D leurs enfants de moins de 6 ans. Par ailleurs, elle insiste sur le fait que les enfants de moins de 13 ans doivent avoir un usage modéré de ces technologies.

L'agence invite en effet les parents à être extrêmement attentifs aux éventuels symptômes qui pourraient survenir, à la suite d'expositions trop fréquentes à ces images. Mais, à l'heure actuelle, rien ne permet à l'Anses de dire quelles pourraient être les conséquences, à long terme, sur la vue des adolescents.

Éviter l'exposition par principe de précaution

« *Un faisceau d'éléments laisse penser que les images 3D peuvent être une source d'inconfort et de fatigue visuelle spécifique, avec l'apparition de brûlures et de sécheresse des yeux, de troubles de la vision, mais également des maux de tête, voire une sensation de malaise général* », prévient tout de même Béatrice Cochener, chef du service d'ophtalmologie du CHU de Brest et présidente de l'Académie française d'ophtalmologie, dans les colonnes du *Figaro*.

Ces symptômes s'expliqueraient par **le manque de maturité de la vision des enfants et des jeunes adolescents**. Exposer les yeux des plus jeunes aux images 3D pourrait donc venir bloquer leur développement et créer des troubles, ainsi qu'une fatigue visuelle plus importante. Avant les 6 ans, rien de mieux que les cubes ou les jeux de construction, pour donner aux enfants une vraie conscience de la 3D telle qu'elle existe dans notre environnement.

Source : www.passeportsante.net

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.

Cultiver son potager: bon pour la santé et le moral

Les personnes âgées qui cultivent un potager mangeraient davantage de légumes et auraient un meilleur moral que celles qui s'approvisionnent à l'épicerie. Des chercheurs américains en sont arrivés à ce constat en comparant dans une première étude¹ la consommation mensuelle de fruits et de légumes chez 261 hommes et femmes de 50 ans et plus, sur la base d'un questionnaire en ligne. De ce nombre, 158 participants tenaient un potager. Ces derniers devaient spécifier le nombre d'heures passées dans leur potager chaque semaine et les raisons qui les amènent à jardiner. Les résultats montrent que, de façon générale, les personnes qui font un potager sont plus susceptibles de manger des légumes que celles qui ne jardinent pas. Fait intéressant, ce lien n'a pas été établi relativement à la consommation de fruits. Aucune différence significative n'a été obtenue selon le sexe.



Le fait d'avoir peu d'expérience en jardinage ou, au contraire, de pratiquer cette activité depuis de nombreuses années, de même que le nombre d'heures passées dans un potager, n'influencerait pas la consommation de légumes. La nature même de l'étude ne permet toutefois pas d'établir de relation causale. Autrement dit, les chercheurs ne peuvent dire si les aînés choisissent le jardinage comme passe-temps parce qu'ils aiment les légumes ou si c'est le jardinage qui a une influence positive sur leur alimentation. Pour les auteurs de cette étude, ces résultats suggèrent néanmoins que le jardinage peut être un programme d'intervention intéressant pour amener les aînés à manger plus de légumes.

Des effets sur le bien-être

Le fait de tenir un potager n'a pas d'effets avantageux seulement sur la santé. Une seconde étude² réalisée par le même groupe de recherche, à partir du même échantillon, montre que le jardinage a également des effets bénéfiques sur le bien-être des jardiniers. Les adeptes de potagers ont attribué de plus hautes notes – donc plus positives – sur une échelle d'évaluation de la satisfaction de vivre que les non-jardiniers. Ils ont affirmé trouver la vie « moins monotone et ennuyante » et se sentir « moins vieux et fatigués ». Selon les chercheurs, le jardinage procurerait un sentiment de devoir, de contrôle et d'accomplissement. Ils voient dans ce passe-temps un moyen d'amener les aînés à s'activer davantage, à adopter de meilleures habitudes de vie et à avoir une meilleure qualité de vie.

Combien de fruits et légumes par jour?

Selon les plus récentes données de Statistique Canada, un peu plus de 50 % des femmes de 55 ans à 64 ans et 53 % des 65 ans et plus affirment consommer au moins 5 portions de fruits et légumes par jour. Chez les hommes, cette proportion se situe à 34 % et 40 % pour ces deux groupes d'âge respectivement. Le Guide alimentaire canadien recommande une consommation de 7 portions de fruits et légumes par jour pour les 51 ans et plus.

Louis M. Gagné - PasseportSanté.net

1. Sommerfeld, Aime J., McFarland, Amy L., Waliczek, Tina M., Zajicek, Jayne M. Growing Minds: Evaluating the Relationship between Gardening and Fruit and Vegetable Consumption in Older Adults. HortTechnology 2010 20: 711-717

2 Sommerfeld, Aime J., Waliczek, Tina M., Zajicek, Jayne M. Growing Minds: Evaluating the Effect of Gardening on Quality of Life and Physical Activity Level of Older Adults, HortTechnology 2010 20: 705-710.



- 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

Téléphone: 819-727-9823

Tabacrie Agathe enr.

Revues - Journaux - Cadeaux - Souvenirs

Centre de validation



37, 1re Avenue Ouest, Amos (Québec) J9T 1T7

Constellations : le cercle tabou Peinture

Il y a l'espace construit, formé essentiellement de formes carrées ou géométriques, de lignes droites. Il y a l'espace de la nature où foisonnent les formes les plus diverses, les courbes et les cercles. Nicole Gingras s'intéresse aux interactions entre le monde construit et la nature en cherchant à faciliter l'atteinte d'un certain état de détente, de contemplation ou même de méditation chez la personne qui regarde.



Racines tenaces (détail), 2015, acrylique et encre sur bois, 12 x 12 pouces ©

L'exposition sera présentée jusqu'au 4 septembre 2016.

Horaires

Mercredi au vendredi de 13 h 30 à 17 h et
19 h à 21 h 30.

Samedi et dimanche de 13 h à 17 h.

Prix : *Entrée libre*

Lieu : *Maison de la culture d'Amos*
222, 1re 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

Boulettes de porc gratinées aux légumes et au reblochon

- 400 g de chair à saucisse
- 400 g de pommes de terre
- 2 poireaux
- 150 g de reblochon
- 50 g de chapelure
- 2 oignons
- 1/2 bouquet de persil
- 1/2 bouquet de ciboulette
- 1 oeuf
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- une poignée de farine
- une pincée de noix de muscade
- sel et poivre



PRÉPARATION

- 1- Commencez par émincer les oignons et les herbes.
- 2- Dans un saladier, mélangez la chair à saucisse à la moitié des oignons. Ajoutez les herbes, la chapelure, l'oeuf, salez, poivrez puis pétrissez à la main. Formez alors des boules en prélevant une cuillère à soupe de farce à chaque fois, roulez-les dans la farine et disposez -les sur un plat. Entreposez au frais 30 min.
- 3- Pendant ce temps, occupez-vous des légumes. Lavez les poireaux soigneusement, coupez-les en tronçons puis en cubes. Pelez les pommes de terre, coupez-les en rondelles puis en cubes également.
- 4- Dans une sauteuse, faites revenir le reste de l'oignon dans l'huile d'olive. Quand il commence à dorer, ajoutez les pommes de terre et faites-les frire quelques minutes. Une fois qu'elles commencent à s'attendrir, ajoutez les poireaux. Salez, poivrez et saupoudrez de noix de muscade.

- 5- Une fois les légumes cuits, sortez-les de la sauteuse et remplacez-les par les boulettes suffisamment raffermies au réfrigérateur. Ajoutez une cuillère à soupe d'huile d'olive et faites dorer les boulettes à feu vif quelques minutes. Commencez à faire préchauffer le four à th.7 (210°C). Une fois les boulettes bien saisies, baissez le feu et rajoutez les légumes. Laissez mijoter à feu doux environ 6 min en remuant régulièrement.
- 6- Transvasez alors votre préparation dans un plat à gratin et recouvrez du reblochon coupé en tranches fines. Faites gratiner au four en mode gril pendant 8 min environ. Sortez du four une fois le fromage fondu et légèrement doré. Servez immédiatement.

- Nombre de personnes : 4 Personnes
- Temps de préparation : 25 minutes

- Temps de cuisson : 35 minutes
- Temps de repos : 30 minutes

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



**Produits
Pétroliers
HARRICANA**

MICHEL FORTIN

Directeur général

SYLVAIN LAPOINTE

Propriétaire

511, rue Principale Sud

Amos (Amos) J9T 2J8

Internet : michelfortin@pph.qc.ca

Téléphone : 819-732-5334

1-800-263-5334

Télécopieur : 819-732-9848

Cellulaire : 819-727-6795



DE LA TERRE À LA TABLE

Les plaisirs de l'autocueillette

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

Comment une aubergine pousse-t-elle? Je n'en avais aucune idée. Sérieusement, je ne m'étais jamais posé la question, jusqu'au jour où je suis allé en cueillir. Eh oui!, l'autocueillette d'aubergines est possible au Québec, comme j'imagine dans d'autres régions du globe. Je dois dire que le fait de cueillir moi-même les légumes que je vais cuisiner me fait penser énormément à ma grand-mère (qui a un grand jardin...). L'autocueillette a le don de me replonger dans le passé, tout en piquant ma curiosité sur les raisons qui font que telle année est une bonne récolte ou non. L'autocueillette est principalement une activité pour les jeunes enfants, les parents et les retraités. On y voit rarement des adolescents ou de jeunes adultes. J'imagine la réponse de mes copains si je leur demandais un dimanche après-midi de venir cueillir des framboises avec moi. Entre s'égratigner les bras à cueillir des framboises ou le golf, poser la question est y répondre. Pourtant, je suis convaincu que cela leur plairait. Personne ne demeure insensible au fait de manger un fruit mûr que l'on vient tout juste de cueillir et qui a été réchauffé par le soleil.



D'ailleurs, quelques études aux États-Unis ont tenté de décrire le consommateur typique qui achète ses fruits sur des fermes d'autocueillette. Elles ont aussi tenté de connaître ses motivations. Le consommateur qui se rend à des fermes d'autocueillette pour y chercher ses fruits a en moyenne un revenu et un niveau de scolarité supérieurs à l'ensemble de la population. La plupart des consommateurs parcourent environ 30 km à 40 km pour se rendre à la ferme. Durant les années 1980, l'âge moyen des cueilleurs était de 35 ans à 45 ans. Selon les sondages les plus récents, l'âge moyen est maintenant d'environ 50 ans. La plupart des consommateurs sont des femmes, mais il est fréquent d'y voir des couples et des enfants aussi. Les motivations principales sont la fraîcheur, le goût, la fermeté, la couleur et la taille du fruit et ainsi que le fait de visiter une ferme. Le prix était un des facteurs les moins importants pour les consommateurs dans la décision d'acheter des fruits cueillis par eux-mêmes, quoi que cela motive quand même de savoir qu'on achète des petits fruits 3 à 4 fois moins cher qu'au supermarché. De mon côté, j'ajouterais le fait d'encourager l'agriculture et l'économie locale. Dans l'étude de Capio (voir les références), une des caractéristiques sociodémographiques les plus importantes des consommateurs qui allaient cueillir des fruits et légumes à la ferme était la présence d'enfants. Pour les producteurs, en sachant que la présence d'enfants est un facteur déterminant dans la décision d'aller cueillir ses fruits et ses légumes, il devient donc intéressant de rendre les visites à la ferme plus attirantes pour les familles en y installant des jeux extérieurs afin de divertir les enfants. Plusieurs l'ont déjà compris. Ce n'est pas pour rien qu'il y a de plus en plus de divertissements dans les vergers et les champs québécois, que ce soient des balançoires, des glissoires, des restaurants, des labyrinthes et même des mascottes. On est bien loin de la petite table à pique-nique accompagnée des personnages principaux de la basse-cour. D'ailleurs, en anglais, il existe un terme pour décrire ce phénomène : *l'agri-tainment*, soit *agriculture et entertainment* (divertissement).

Puisque très peu d'entre nous ont grandi sur une ferme, en visiter une et y cueillir des fruits et légumes permet de nous reconnecter un peu avec notre passé. On y voit tout l'effort que « d'être aux champs » demandait. De plus, plusieurs parents et écoles utilisent l'autocueillette pour enseigner à leurs enfants la provenance de certains fruits et légumes. Les tout-petits apprennent donc que les fraises et les framboises ne poussent pas dans de petits bacs en plastique. L'autocueillette a aussi l'avantage de créer un intérêt envers l'aliment cueilli, autant chez l'adulte que chez l'enfant, ce qui influencerait positivement la consommation de fruits et légumes. Pour l'enfant, plus il en connaît sur un fruit ou un légume, plus il aura envie d'y goûter. L'autocueillette comble aussi le désir de certains individus de savoir « comment ça marche ». Plus exactement, d'où vient le fruit ou le légume, dans quelles conditions il pousse, etc. Bref, quelles que soient vos motivations, profitez des beaux jours de l'été pour aller cueillir vos fruits et légumes préférés! Et si vous cueillez plusieurs kilos de petits fruits, profitez-en pour en transformer en confitures...



PNEUS NORD OUEST ENR

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

Denis Beausoleil
Propriétaire

pno@cableamos.com

☎ (819) 732-0701

📞 (819) 732-0701

CHRONIQUE QUOI DE NEUF DANS LES APPLIS

De plus en plus de gens ont maintenant un téléphone « intelligent »... donc pour un temps du moins, je modifierai la chronique du WEB, pour une chronique qui parlera d'applications gratuites pour la plupart qui pourraient vous intéresser! Toutes les applications dont je vous parlerai sont pour téléphone « androïde », mais vous les retrouverez probablement aussi pour IPHONE.

Vous faites du 'couponing' ou vous aimez regarder les circulaires :

« Flipp »

Petit jeu avec les couleurs... pas pour les daltoniens :

« color switch »

Vous aimeriez faire de nouvelles rencontres :

« Tinder »



Bon mois à tous et à toutes!

Si vous avez des suggestions, n'hésitez pas à me contacter!

Serge Larouche : 819-799-3336 sreflex2000@yahoo.fr



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.

SECTION DES NOUVELLES

FÊTE DES VOISINS, SECTEUR SIGOUIN

Nous avons eu la 7^e édition de la fête des voisins dans le secteur Sigouin, soit au 50, rue du Lac, chez nos amis Barry et Émilie Whitesell. Nous étions un peu plus de 40 personnes, on a eu la chance de jouer au Bola, au Washers, et faire un Rallye. Pour le souper, notre chère Émilie nous avait cuisiné une bonne lasagne, de savoureux

petits pains, une excellente salade ainsi que de très succulents petits gâteaux. Pour la soirée, musique avec Réjean. Ce fût une belle 7^e édition malgré la température.



Votre informatrice, Lyne Domingue

Merci Barry et Émilie ! Bravo à toutes les personnes qui ont participé activement à l'organisation de cette fête citoyenne!



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

**JACLYN BÉRUBÉ DU CENTRE DE FORMATION HARRICANA,
LE MEILLEUR ÉLÈVE MACHINISTE AU CANADA**

Lors de la compétition des Olympiades canadiennes, Compétences Skills Canada, monsieur Jaclyn Bérubé a remporté la médaille d'or en Techniques d'usinage. L'élève du Centre de formation Harricana a représenté le Québec pour ces épreuves qui ont eu lieu à Moncton au Nouveau-Brunswick le 4 et 5 juin dernier.

Rappelons que monsieur Bérubé a franchi les étapes de sélection en remportant une première médaille d'or aux Olympiades régionales ce printemps. Ayant été sélectionné pour la finale provinciale des métiers et technologies à Québec en mai dernier, il a obtenu un pointage de 905/1 000, alors que la moyenne s'élevait à 615/1 000. En se hissant au 1^{er} rang de cette 14^e édition, il a établi un record pour cette discipline depuis le début des Olympiades.

Ainsi, ce jeune homme a obtenu une place aux Olympiades canadiennes, Compétences Skills Canada, afin d'y représenter le Québec. Il y décroche à nouveau la médaille d'or et accède à la plus haute marche du podium, ce qui fait de Jaclyn Bérubé, le meilleur machiniste au Canada au niveau postsecondaire.

Malheureusement, le programme Techniques d'usinage n'est pas représenté aux compétitions mondiales en Arabie Saoudite en 2017, ainsi l'aventure se termine ici pour cet étudiant du Centre de formation Harricana.

Renseignements

Sylvie Nadon

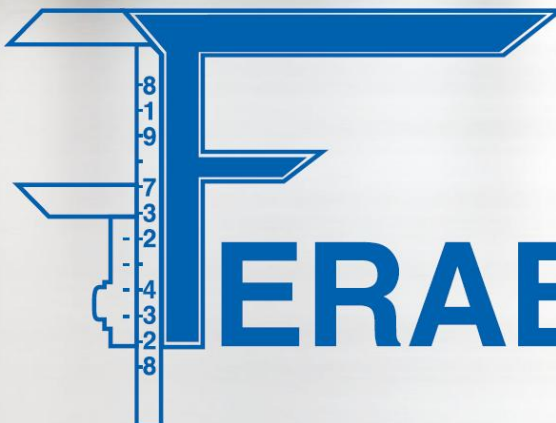
Secrétaire Centre de formation Harricana

819-732-3223 poste 3301

nadons@csharricana.qc.ca

Source

Équipe des communications de la CSH



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

FERABI INC.

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

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

SECTION DES NOUVELLES SCOLAIRES

Un passage vers le secondaire souligné par les conseils municipaux

Le 13 juin dernier, les agentes de développement Mesdames Catherine Bélanger, Municipalité de La Corne et Jocelyne Bilodeau, Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery ont été remettre au nom de leur conseil municipal respectif des livres souvenir des 75^e anniversaires des paroisses aux 18 élèves de la 6^{ième} année de l'École Notre-Dame-de-Lourdes de La Corne.



Groupe de 6^{ième} année : Maude Luneau, Ann Plante, Maïka Bourque, Anne-Marie Simard, Mérick Paquette, Naomie De Melo, Emy Mainville, Dorothée Schoneich



Voilà un exemple d'implication dans le domaine scolaire par la communauté au niveau de la reconnaissance, de la transmission des connaissances du milieu, fier de son capital humain et du sentiment d'appartenance.

◀ Maude Luneau, Naomie De Melo, Anne-Marie Simard, Maïka Bourque, Ann Plante, en compagnie de Jocelyne Bilodeau, agente de développement de la Municipalité de St-Marc-de-Figuery.



GRATUIT !!! INSCRIVEZ-VOUS COMME AMIS SUR LE BLOG ET RECEVEZ GRATUITEMENT UN LIVRE VIRTUEL DE 226 PAGES INTITULÉ : **LES RÈGLES DU GOLF**



www.aventure-golf.com se veut un blog simple, qui n'a pas la prétention de faire de vous de meilleurs golfeurs, mais plutôt de vous présenter un moyen de vous amuser, de rencontrer des amis ou des gens qui prétendent l'être, tout en faisant un peu de sport.

Je vous présenterai les terrains avec l'œil d'un amateur plutôt que celui de l'expert. Je vous donnerai des techniques utiles plus aux Baby-Boomers qu'aux vedettes de terrain. J'y inclurai des photos ou blagues prises sur les terrains. J'analyserai les commentaires que l'on entend au 19^e trou. Si vous avez des sujets que vous voulez qu'on discute, alors soyez à l'aise de me les communiquer... avec humour s.v.p.

aventuregolf@hotmail.com

SECTION DES NOUVELLES

LE CHAMPION CANADIEN EST SAINT-MARCOIS OLYMPIADES DES MÉTIERS ET DES TECHNIQUES DANS LA PROFESSION TECHNIQUES D'USINAGE

Lors de la parution du journal du 30 mai dernier, des articles faisaient mention que Jaclyn Bérubé avait remporté la compétition Québécoise et qu'il se préparait pour représenter le Québec à la compétition Canadienne qui était prévue les 5 et 6 juin à Moncton.

Il a relevé le défi tout comme ses 12 confrères provenant des diverses provinces du Canada en présence de 5 000 personnes qui visitaient l'événement. Au total c'est 500 étudiants qui étaient en compétition dans 40 métiers. Jaclyn était accompagné de représentants de la Formation professionnelle Harricana, Madame Sylvie Nadon, Messieurs Rock Pelletier et Réjean Doyon ainsi que ses parents Jocelyn Bérubé et Jocelyne Bilodeau. Vous comprendrez que ces journées ont été remplies de diverses émotions. Voici quelques photos souvenirs.

BRAVO JACLYN!



▲ Jaclyn avec les pièces produites au cours des 2 jours de compétition. ▲ Ici en compagnie de ses parents, Jocelyne et Jocelyn. ► Les représentants du Centre de Formation Harricana, Monsieur Réjean Doyon et Madame Sylvie Nadon. Sur la photo ovale, Jaclyn est en compagnie de son formateur, Monsieur Rock Pelletier.



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

- Vitres 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.

SECTION DES NOUVELLES

UNE BELLE MOBILISATION POUR LA CORVÉE DE NETTOYAGE

Des rues : Sigouin, du Lac, de la Descente et des chemins : des Riverains, de la Baie-des-Outardes, de la Grande-Bernache, du Domaine-du-Rêveur.

C'EST UNE TRENTAINE DE PERSONNES QUI ONT EXÉCUTÉ LE NETTOYAGE DES FOSSÉS ET LA COUPE DE BRANCHES.

FÉLICITATIONS AUX RESPONSABLES DU PROJET AINSI QU'AUX CITOYENS QUI ONT RÉPONDU OUI À L'APPEL À TOUS!



LES MORIN SE DÉMARQUENT DANS LE MOUVEMENT KODIAK!

Yoanick Morin a remporté une médaille d'or aux barres parallèles lors du Challenge des régions, disputé du 20 au 22 mai dernier à Alma.

(Auteur de la photo : Marc Désilets)



FÉLICITATIONS YOANICK !

Lors du 34^e Gala Kodiak présenté le 3 juin dernier, le prix de l'Officiel de la relève a été remis à Tessa-Ève Morin par Marc Gosselin, président de la Fondation Kodiak.

(Auteur de la photo Martin Guindon – TC Média)



FÉLICITATIONS TESSA-ÈVE !

SECTION DES NOUVELLES

Au fil des ans, ces chers personnages se sont intégrés dans le beau paysage campagnard Saint-Marcois estival.

Une année de plus, nous espérons que cela suscitera le goût aux voyageurs de passage à y faire un arrêt, aux résidents de prendre des photos et de les partager avec leurs groupes d'amis, peut-être un selfie pour votre Facebook!

C'est avec un grand plaisir que j'ai créé, avec l'aide de Gabrielle Marchand, pour une 17^e année, ces personnages colorés au regard audacieux. À l'image de notre population, c'est par une famille que les passants sont accueillis.

Une fois de plus, ce fut un défi de taille, pas toujours évident d'imaginer et de concrétiser un nouveau visuel, année après année, avec la grosseur de telles effigies. On peut faire gros avec quelques bouts de boyaux, des restants de peinture, du tulle, des jupes hawaïennes, des ballets et des vadrouilles!

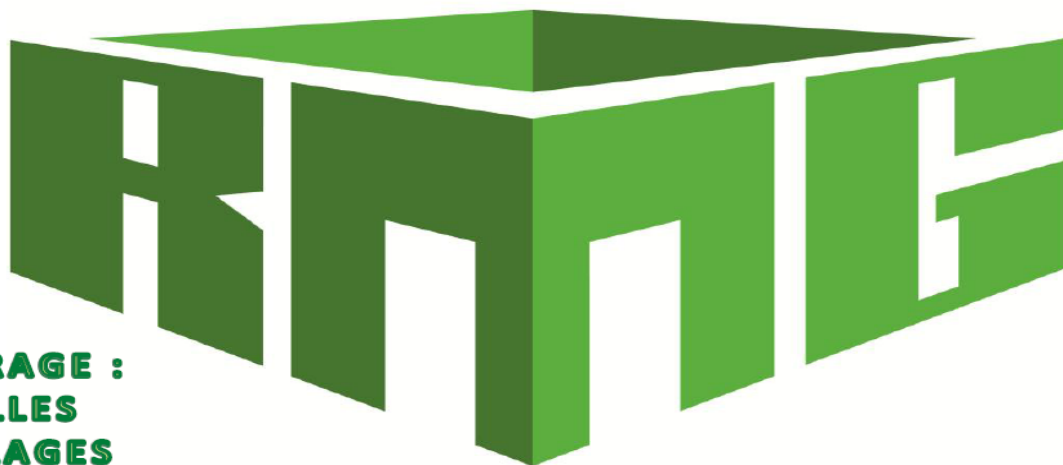
Ce projet annuel a pu se concrétiser à grâce à un partenaire fidèle. Je tiens à remercier Monsieur Guy Lantagne pour les balles et l'installation de celles-ci.

Jocelyne Bilodeau, agente de développement, réalisatrice et conceptrice des personnages



RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL

FONDATIONS



COFFRAGE :

- DALLES
- SOLAGES
- TROTTOIRS
- BORDURES, ETC.

LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT

TÉL. : 819 727-1157

COURRIEL : info@fondationsrmg.com

SECTION DES NOUVELLES

UN 3 JUIN SAINT-MARCOIS FESTIF

LA FÊTE DES VOISINS 2016 SECTEUR URBAIN CE FUT L'OCCASION D'ACCUEILLIR DE NOUVEAUX RÉSIDENTS

VOICI LES RÉSIDENTS QUI ONT ÉTÉ ACCUEILLIS !

Les remises des cadeaux d'accueil ont été faites par Madame Thérèse Lemay, conseillère, Roger Breton, président de la Corporation de développement. Les remises du programme de développement domiciliaire local est fait grâce à la collaboration de partenaires privés tels que; Réflexologie Serge Larouche, Dépanneur C.D. Boutin et la Miellerie la Grande Ourse, **merci!**



◀ Monsieur Germain Rouleau et
Madame Marjolaine Parent

Monsieur Vincent Cimon et
Madame Cindy Plante en
compagnie de Félix et Raphaëlle ▶



◀ Madame Lyne Trépanier et
Monsieur Ghislain Doyon

Monsieur Jean-François Héon et
Madame Mélody Moreau
Gauthier ▶



◀ Monsieur André Laroche

Madame Carole Laurendeau ▶





◀ Monsieur Richard Guévin et
Madame Sylvie Champagne

Monsieur Ghislain Périgny ▶



◀ Monsieur Yannick Girard et
Madame Roxanne Larouche

Monsieur Cécile Nolet ▶



◀ Madame Nancy Chénier et
Monsieur Rock Pelletier

Monsieur Christian Gélinas et
Madame Charlène Côté Barbe en
compagnie de Lilly, Mathéo et
Abigaëlle ▶



PHOTOS SOUVENIRS FÊTE DES VOISINS

Cela a été un moment pour les échanges amicaux en dégustant un buffet partage entre Saint-Marcois. C'était aussi l'occasion de faire connaissance avec les nouveaux citoyens grands et petits.

Des mercis à Valérie Breton et Thérèse Lemay qui ont aidé Jocelyne Bilodeau dans l'organisation de l'événement.



SECTION DES NOUVELLES

LE CIRCUIT AGROTOURISTIQUE

ATTIRE L'ATTENTION DES ORGANISATEURS DE VOYAGES EUROPÉENS

Les 10 et 12 juin derniers, des organisateurs de voyages en provenance de l'Europe ont visité les attraits du circuit agrotouristique Saint-Marcois. L'objectif est d'organiser à court et moyen terme des groupes de visiteurs en provenance de la Belgique et de la France.

J'ai eu le plaisir d'accueillir avec mon conjoint, une famille qui séjournait en Abitibi-Témiscamingue pour une période de 10 jours. Lors de leur passage à Saint-Marc-de-Figuery, nous leur avons fait découvrir nos attraits.

Merci aux promoteurs qui nous ont accueilli, dimanche le 12 juin, à la Ferme des Prés, la Famille Lantagne, Gabriel, Yvon, Guy et Isabelle Auger, la conjointe de ce dernier ainsi qu'à l'Écurie aux 4-Vents de Monsieur Sylvain Soumis.

La Famille David a énormément apprécié notre accueil, simplicité et disponibilité. Dimitri, Laurence et Florent vous transmettent leurs sincères remerciements.

Vous désirez planifier une sortie en famille ou avec des amis et faire la découverte du circuit agrotouristique, appelez au 819-732-8601!

Minimum 15 personnes



L'ACCUEIL DES VISITEURS AU PARC HÉRITAGE EST AUSSI DÉBUTÉ!

Les guides accueillent les visiteurs 7 jours par semaine de 9 h à 17 h.



Les visites sont individuelles ou en groupe.

Le 15 juin dernier, nous avons accueilli notre premier groupe de la saison, il comptait 40 personnes en provenance de la région de Chaudière Appalaches.

Pour plus d'information, appelez au 819-732-8601.

Au plaisir de vous accueillir!

Votre informatrice, Jocelyne Bilodeau

FESTYBALLE SAINT-MARCOIS

2 JUILLET 2016

INFRASTRUCTURE SPORTIVE

10, avenue Michaud, Saint-Marc-de-Figuery

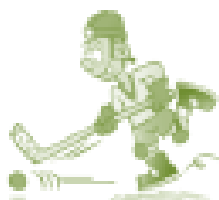
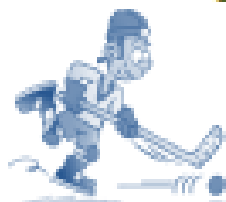


HORAIRE:

Tournoi de hockey balle

À compter de 9 h 30 :

- Catégories Compétitif et Mixte



*Bourses en \$
aux équipes
GAGNANTES !
Remise des prix
en soirée*

De 13 h à 16 h :

Activités pour les enfants



SERVICE DE RESTAURATION

ET DE BAR SUR LE SITE



*Tirage de
prix de présence
auprès des convives
du souper*

SOIRÉE ANIMÉE PAR VINCENT GAIVIN

En plein air si la température le permet, sinon sous un chapiteau



POUR LES INSCRIPTIONS CONTACTEZ :

Joanie Boutin au 819-442-1782

POUR DES INFORMATIONS CONTACTEZ :

Jocelyne Bilodeau au 819-732-8601

Les profits de cette activité seront investis dans
les améliorations de l'infrastructure sportive.

Merci à l'avance pour votre participation.

Bienvenue à tous !

SECTION DES COMMUNIQUÉS



PARE-BRISÉS VITOP EXPRESS

Jaclyn Bérubé - Division Abitibi

RÉPARATION DE PARE-BRISÉS À DOMICILE

+1 (819) 442-0307

jaclyn.berube@vitop-express.com



La corporation
des maîtres électriciens
du Québec

A.C. GÉLINAS INC.

9145-2706 Québec Inc.

ENTREPRENEUR – ÉLECTRICIEN

Résidentiel – Commercial – Industriel

112, 1^{ère} Rue Est

Amos (Québec) J9T 3H9

Téléphone : 819-727-1361

Télécopieur : 819-727-3361

Cellulaire Chantal Gélinas : 819-444-6725

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
DÉMÊLAGE



TOILETTAGE COMPLET
COUPE DE GRIFFES



PRODUITS BIOLOGIQUES



PRIX COMPÉTITIFS



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



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

FESTYBALLE



BESOIN DE BÉNÉVOLES

Les membres du Comité organisateur du Festyballe sont à préparer la 3^e édition de cet événement sportif estival. Par le présent communiqué, nous voulons vous exprimer les besoins de personnes bénévoles pour le 2 juillet 2016.



Arbitres

Préposés au casse-croûte

Préposés au bar

Membres du comité organisateur

Pour confirmer votre implication
bénévole, appelez au 819-732-8601

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

L'ART

Nous désirons introduire une place aux artistes Saint-Marcois afin de mettre en valeur les disciplines artistiques suivantes :

Arts visuels

Cinéma et vidéo

Littérature et conte

Métiers d'arts

Le samedi 10 septembre de 13 h à 17 h, nous utiliserons les locaux et les couloirs de la Maison du Citoyen du 10 avenue Michaud, bâtiment à proximité de toutes les activités de l'événement.

Aujourd'hui, nous faisons la sollicitation auprès des citoyennes et citoyens Saint-Marcois qui désirent être du nombre des exposants, la démarche est très simple, contacter l'une des personnes suivantes :

Tanya Cartier au 819-444-8110 ou Jocelyne Bilodeau au 819-732-8601.

Bienvenue à tous et toutes!

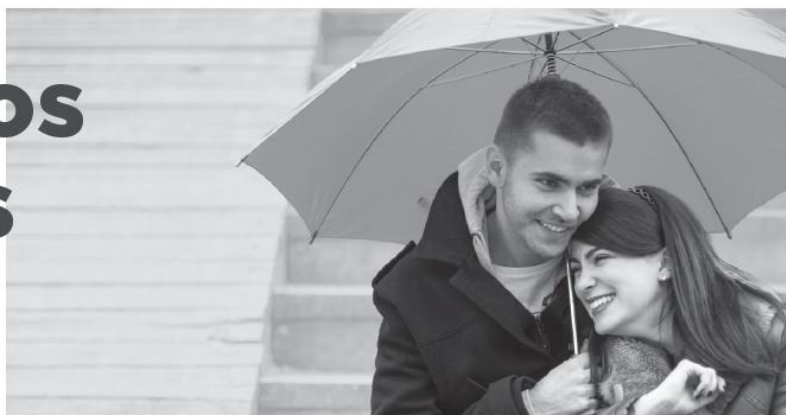
Protégez vos placements

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

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

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

* Cabinet de services financiers



Steve Labbé

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

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

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

819 732-1596, 232

C. : 819 442-0075

1 800 567-1596, 232

F. : 1 888 781-7415

steve.labbe@agc.inalco.com

ia.ca

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.

P15272S

SECTION DES COMMUNIQUÉS

PARC 0 – 5 ANS!

Le Parc communautaire 0 – 5 ans de Saint-Marc-de-Figuery a un coffre à jouets. Il est situé dans l'espace d'aménagement du module de jeu et du carré de sable le long de l'édifice municipal. Merci de rapporter ce que vous emportez. Ce coffre accepte aussi de recevoir de nouveaux jouets en bon état. Merci!



EG Informatique Dépannage & réparation



Eric Gagnon
Technicien informatique
egagnon@eg-info.ca



Services:

- Réparation de portable et de tour
- Installation de Windows et de Linux
- Nettoyage de Virus
- Formation individuel et de groupe
- Vente d'équipement d'occasion



15, avenue Michaud, Saint-Marc-de-Figuery
Tél: (819) 218-2985



SECTION DES COMMUNIQUÉS

10, avenue Michaud, C.P. 12

Saint-Marc-de-Figuery

Téléphone :

Télécopieur :

Adresse courriel :

(Québec)

819-732-8601

819-732-4324

mun.stmarc@cableamos.com

On

jojobilod@yahoo.fr

J0Y 1J0



PRÉVENTE DES COUPONS DE REPAS

Les membres du Comité organisateur sont à préparer la 18^{ème} édition de la fête annuelle automnale du village. Afin qu'elle soit des plus réussies nous vous informons qu'il y aura encore cette année une prévente des coupons de repas cela vous permettra de vous prévaloir du privilège des réservations de table en groupe.

Comme par les années passées le repas champêtre à la Saint-Marcoise du 10 septembre 2016 comprendra le service de 5 couverts accompagné d'une bouteille de vin d'un litre par 4 personnes adultes. Il sera confectionné par le Chef à domicile Traiteur. Ceci inclut le spectacle pendant et après le service du repas ainsi que l'accès au site gratuitement.

L'offre des réservations de table à 16 places ou à 8 places en achat de prévente vous permet d'être assuré de festoyer avec votre groupe. Vous avez aussi la possibilité de réserver dès maintenant des places individuelles ou groupées en petits groupes.

Le coût d'un coupon de repas à l'unité :

25 \$

Pour l'achat d'une table ou de billets de repas à l'unité appeler au 819-732-8601

Esthétique Nancy Harvey
Le bien-être de votre peau

Nancy Harvey
Esthéticienne Médicale

Sur 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
- Soins corporels
 - 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



En nature, ma **sécurité**,
c'est ma **responsabilité**



Je dis où je vais

« On sait où me trouver en tout temps. »



Je sais où je suis

« Je peux m'orienter et diriger les secours vers moi. »



Je garde le contact

« Je suis accompagné ou j'ai l'équipement nécessaire pour communiquer sans mon cellulaire en l'absence de réseau. »



Je compte d'abord sur moi

« J'emporte une trousse de premiers soins, car je sais que les secours mettront du temps pour arriver. »

ENSEMBLE 
on fait avancer le Québec

Québec 

SOLlicitation DE BÉNÉVOLES POUR L'ORGANISATION D'UNE COURSE SUR LE TERRITOIRE SAINT-MARCOIS

Vous êtes intéressé à rejoindre le
groupe d'organiseurs !

Vous avez des idées et du temps !

Vous êtes les bienvenus !



Contactez :

Pascal Rivest au : 819-444-9518

Ou

Jocelyne Bilodeau : 819-732-8601

Excavation Gilbert Sheehy Inc.

Entrepreneur général

RBQ. : 8352-2847-09
www.qptilog.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



SECTION DES COMMUNIQUÉS



APPEL À TOUS, BESOIN DE PERSONNES BÉNÉVOLES

Les membres du Comité organisateur des Festivités champêtres sont à préparer la 18^e édition de cet événement automnal. Dans un souci de maintenir et d'augmenter la visibilité et la notoriété, par le présent communiqué nous voulons vous exprimer les besoins de personnes bénévoles.

De plus, nous désirons nous assurer d'atteindre la mission de cette fête villageoise qui est :

«Faire connaître le potentiel local tant humain, matériel, touristique que culturel».

Cette fête est la vôtre, chers citoyens et citoyennes de Saint-Marc-de-Figuery, c'est dans l'effort collectif que nous pourrions continuer à produire l'événement.

De plus, nous ne voulons pas tomber dans le piège d'épuiser nos bénévoles, alors être plus de paires de bras pour exécuter les tâches égales moins d'efforts et de fatigue pour chacun.

Vous désirez être de ces citoyens engagés pour l'organisation de votre fête locale.

Vous voulez donner un petit coup demain au niveau de l'installation et de la désinstallation des infrastructures, préparation du terrain, aménagement de la salle de réception, opérateur de machinerie, etc., vous êtes tous les bienvenus !

Confirmez votre aide en contactant Jocelyne Bilodeau au 819-732-8601.

BESOIN D'UN PUITS ARTÉSIEN pour votre résidence?

**NOUS SOMMES
LA RÉFÉRENCE!**

Puitbec GROUPE

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



**PARTOUT
EN
RÉGION**

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

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

Développement Les Berges de Figury inc.

✓
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-Figury



• À 15 minutes d'Amos • À 40 minutes de Val-d'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 : lesbergesdefigury@gmail.com



RBQ : 5708-1853-01

L'ALCOOL

C'est pas parce que c'est légal que c'est banal !

Alcool et cannabis



Alcool et cannabis étant deux dépresseurs l'effet dépresseur est multiplié.

Le jugement, le temps de réaction et la coordination sont évidemment touchés, conduire un véhicule moteur est absolument contre-indiqué. De plus, le cannabis affecte la partie du cerveau qui élimine le réflexe de vomir. Une personne qui consomme trop d'alcool et consomme aussi du cannabis risque l'empoisonnement éthylique car elle a perdu son réflexe de vomir.

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

Québec 
CLSC - Amos

Vous vous questionnez sur vos habitudes de consommation?

Pour en discuter appelez au CLSC
819-732-6696 (poste 4415)

Source  **Educ'alcool**



**PELLETIER
MARTINEAU
AVOCATS**

**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, stagiaire en droit

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

Téléphone : 819-732-1698

Télécopieur : 819-732-7513

Site Internet : pelletiermartineauavocats.com

SECTION DES COMMUNIQUÉS

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

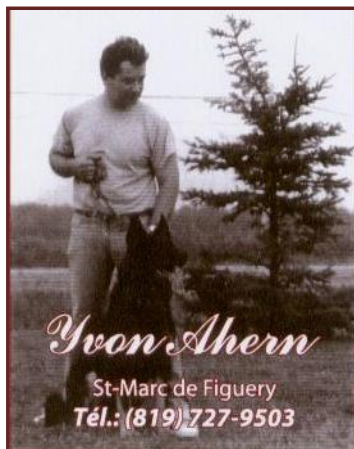
819-732-4030

ET

À LA MAISON DU CITOYEN

819-732-8601

*certaines conditions s'appliquent



*Chenil
Canin Select enr.*

- Dressage
- Pension pour chien
- Nourriture
- Accessoires

Yvon Ahern
St-Marc de Figury
Tél.: (819) 727-9503



**Découpe à forfait
Vente de boeuf**

Tel/fax : 819 732-8395

Cell. : 819 444-6512

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

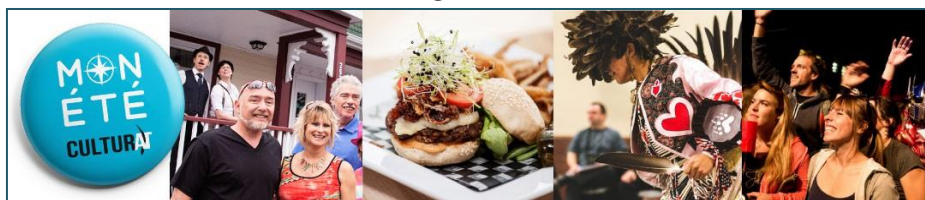
**Simon Cloutier
Chantal Rose**

102 B ch. de la Rivière
St-Marc, J0Y 1J0

simon34clou@hotmail.com

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Mon été CULTURAT



Du 20 juin au 4 septembre 2016, vis des expériences culturelles en Abitibi-Témiscamingue, prends-toi en photo et partage-les!

À gagner un canot Abitibi & co signé par un artiste de la région, Marc-Olivier Hamelin, rempli de produits des créateurs d'ici. Ce prix d'une valeur de plus de **5 000 \$** est à ta portée, tout comme les :

- Visites culturelles, historiques ou patrimoniales
- Activités Premières Nation;
- Festivals, événements et spectacles
- Achats locaux (saveurs régionales - produits du terroir, oeuvres, bijoux, etc.)

que tu t'apprêtes à vivre!

Voir les règlements du concours et détail du prix à gagner :

<http://www.culturat.org/concours/mon-ete-culturat#.V2kj66K7HIV>

Concours pour les citoyennes et citoyens de l'Abitibi-Témiscamingue.

Aucune limite de participation par individu.

Une même personne peut soumettre plusieurs types d'expériences admissibles, mais une même expérience ne peut être soumise plus d'une fois.

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 35 ans,
5 000 \$ à 25 000 \$

▼ ACCOMPAGNEMENT ET SUIVI

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

Canada Développement économique Canada appuie
financièrement la SADC

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Forêts, Faune
et Parcs

Québec 

Se procurer un permis de bois de chauffage Comment s'y prendre?

Il est important de savoir qu'il est obligatoire de se procurer *un permis de bois de chauffage* auprès du Ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs pour couper du bois de chauffage sur les terres publiques.

Chaque permis est associé à une carte sur laquelle il y a les zones permises et les zones interdites. La récolte de bois de chauffage est interdite dans certaines zones, cela peut être dû à différentes protections ou d'autres travaux prévus.

Les citoyens peuvent venir consulter à nos bureaux les cartes indiquant les secteurs où la récolte est permise. Les permis sont valides pour une période maximale de 1 an débutant le 1^{er} avril et se terminant le 31 mars de l'année suivante (tous les permis se terminent le 31 mars, même s'ils ont été émis en cours d'année).

Frais : 1,45 \$/m³ + tx

Le maximum de m³ par permis : 22,5 m³ (équivalent à 19 cordes)

Les coordonnées de l'UG 86

1122, Route 111 Est
Amos (Québec) J9T 1N1
Téléphone : 819 444-5238
Télécopieur : 819 444-5837

Serge Sigouin
Président

Pavage de cour

- RÉSIDENTIEL
- COMMERCIAL
- INDUSTRIEL

**Service de balai
mécanique**

**PAVAGE
ABITIBI**

213, route 109 Sud, St-Félix de Dalquier (Québec) JOY 1G0

Service en région

ST-FÉLIX 819 727-9622

R.B.Q. : 8001-8716-85

Télécopieur : 819 727-5950

SECTION DES COMMUNIQUÉS

HORAIRE – JUILLET 2016

LOCAL DE SANTÉ

SAINT-MARC-DE-FIGUERY

*Près de chez vous
Avec vous !*

Infirmière : Guylaine Bisson

🏠 jeudi 7 juillet:

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

Bonne vacances

Intervenante sociale sur rendez-vous *

Annick Lagacé

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

LOCAL DE SANTÉ DE SAINT-MARC

10, AVENUE MICHAUD, 2^e ÉTAGE

Téléphone : 732-3271



**La Société Canadienne
du Cancer**

offre plusieurs outils de
cessation tabagique,
comme le SMAT



En savoir plus >



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



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

Sears

Votre magasin local

SEARS Canada INC.
GESTION FRANÇOIS SILLS
483, RUE PRINCIPAL SUD
AMOS, QC J9T 2J8

FRANÇOIS SILLS

EXPLOITANT D'UN MAGASIN LOCAL
CONCESSIONNAIRE

TÉLÉPHONE : 819-732-6451
TÉLÉCOPIEUR : 819-732-6453

Kenmore

www.sears.ca

CRAFTSMAN

CONTACT AVEC L'ÉTAT

Vos voisins et le bruit: choses à savoir pour mieux s'entendre

Climatiseur, tondeuses à gazon, aboiements des chiens du quartier: la bande-son de l'été favorise les nuits blanches et les disputes entre voisins.

Informez-vous avant d'entrer en conflit avec les résidents de votre quartier! Apprenez en plus sur **les règles** à respecter et à faire respecter... et sur une solution avantageuse aux problèmes de voisinage: **la médiation citoyenne**.



1 - Les problèmes reliés au bruit sont encadrés par les lois, les règlements d'immeuble et les règlements municipaux.

Il se peut donc que les règles qui s'appliquent à votre cas soient différentes selon que vous vivez en ville ou à la campagne, dans un immeuble ou, en maison individuelle, etc.

2 - La loi ne prévoit pas d'heure à partir de laquelle il est interdit de faire du bruit.

Le *Code civil du Québec* dit plutôt que les voisins doivent **tolérer les « inconvénients normaux »** du voisinage. Quelle que soit l'heure, vous devez respecter les règles du bon voisinage et endurer certains inconvénients (le bruit de chaises déplacées à l'heure du repas, par exemple).

3 - Le droit au silence complet n'existe pas, mais...

Le bruit ambiant fait partie des inconvénients normaux du voisinage. Il arrive qu'un juge estime qu'un bruit est anormal. Pour le déterminer, il cherche à savoir:

- si ce bruit est répétitif (**récurrent**);
- combien de temps il dure;
- s'il est imprévisible; et
- s'il entraîne des **conséquences sérieuses**.

Le juge tient aussi compte de **l'emplacement de la résidence** et des habitudes de la communauté (**les usages locaux**).

Par exemple:

Des citoyens se plaignent du bruit que fait un club de tir ouvert depuis des dizaines d'années. Un juge pourrait décider que les voisins doivent tolérer les détonations pendant la journée. Mais aussi que le bruit doit cesser le soir et pendant les vacances de la construction. La musique très forte d'un bar, qui s'entend à 150 mètres et produit des vibrations chez un voisin durant la nuit, pourrait être jugée comme un bruit inacceptable.

4- Prenez le temps de lire votre règlement d'immeuble.

Vous êtes locataire ou propriétaire? Votre règlement d'immeuble ou de copropriété contient peut-être des règles concernant le bruit. Relisez ces textes avant de demander à votre voisin de baisser le son de sa télé... ou avant d'organiser un spectacle de flamenco dans votre salon!

5 - Informez-vous sur les règlements municipaux.

Certaines municipalités ont un règlement sur le bruit. Ce texte précise les heures durant lesquelles les activités bruyantes sont permises. Renseignez-vous avant d'abattre une cloison un dimanche matin à l'aube, ou de vous en prendre à votre voisin parce qu'il tond sa pelouse pendant votre sieste!

6 - La médiation citoyenne: une manière simple et avantageuse de régler un problème entre voisins.

Il n'est pas toujours nécessaire d'appeler la police ou de se rendre au tribunal pour régler une dispute entre voisins.

Dans la plupart des régions du Québec, des médiateurs aident les voisins à chercher des solutions, à sortir d'une impasse ou à dénouer les tensions. Cette démarche est souvent moins coûteuse, moins stressante et plus satisfaisante qu'une poursuite devant les tribunaux.

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



Bastien, Lantagne, Richard & Associés Inc.

Notaires & conseillers juridiques

Services professionnels : vente et hypothèque, donation, testament, mandat, convention, contrat de mariage, droit commercial et corporatif, etc.

Amos			Senneterre
Michel Lantagne	Sébastien Banville-Morin	Claudine	Yves Richard
Martine Corriveau	Catherine Pomerleau	Bérubé	Paméla Trottier-Poirier
Valérie St-Gelais	Annabelle Lefrançois	Gabrielle Morin	
		Serge Bastien	
22, 1 ^{re} Avenue Ouest, Bureau 301 Amos (Québec) J9T 2K8 Téléphone : 819-732-2812 Télécopieur : 819-732-7951 pmeinter@notairesabitibi.com			855, 10 ^e Avenue, C.P. 1088 Senneterre (Québec) J0Y 2M0 Téléphone : 819-737-2747 Télécopieur : 819-737-5027 yrichard@notairesabitibi.com ptrottier@notairesabitibi.com

Une étude de onze (11) notaires à votre service



Juillet 2016



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Événement à venir : Concert sous le Pavillon du Parc Héritage : 27 août 2016, pm Festivités Champêtres : 10 septembre 2016 Dégustation bières et saucisses : 14 novembre 2016 INVITATION - RAPPEL Les attrait du Parc Héritage, le Musée de la Poste et la Boutique de Forge sont ouverts du lundi au dimanche de 9h00 à 17h00.				1 <i>Fête de la Confédération</i> Bureau municipal fermé	2 FESTYBALLE TOURNOI DE HOCKEY BALLE	3  Messe 9h30
4 Réunion publique du Conseil municipal, 19h30 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	5 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	6  Biblio fermée Assemblée publique Sous-sol église, 18h30 Bureau municipal ouvert de 8h à 18h	7 Services du CLSC au 10, ave. Michaud : Prise de sang : 8h30 à 9h30 Consultation : 9h30 à 11h Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	8 Bureau municipal fermé	9 Bureau municipal fermé	10  Messe 9h30
11 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	12 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	13  Biblio fermée Bureau municipal ouvert de 8h à 20h	14 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	15 Bureau municipal fermé	16 Bureau municipal fermé	17  Messe 9h30
18 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	19 Tombée des textes journal Réunion du Conseil de Fabrique, 19h Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	20  Biblio fermée Bureau municipal ouvert de 8h à 20h	21 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	22 Bureau municipal fermé	23 Bureau municipal fermé	24  Messe 9h30
25 Sortie du journal	26 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	27  Biblio fermée	28 Bureau municipal fermé	28 Bureau municipal fermé	30 Bureau municipal fermé	31  Messe 9h30
BUREAU MUNICIPAL FERMÉ POUR LA PÉRIODE DE VACANCES						
1 BUREAU MUNICIPAL FERMÉ POUR LA PÉRIODE DE VACANCES	2 BUREAU MUNICIPAL FERMÉ POUR LA PÉRIODE DE VACANCES	3  Biblio fermée	4 BUREAU MUNICIPAL FERMÉ POUR LA PÉRIODE DE VACANCES	5 BUREAU MUNICIPAL FERMÉ POUR LA PÉRIODE DE VACANCES	6 BUREAU MUNICIPAL FERMÉ POUR LA PÉRIODE DE VACANCES	7  Messe 9h30



Équipement Amos Ltée



En affaire depuis 1961

*Des conseillers aux ventes
à votre écoute*



*Des techniciens formés
dans toutes les disciplines*



*Des pièces pour toutes
marques à prix compétitifs*



*Les spécialistes du camion en région
4 succursales pour mieux vous
servir partout en Abitibi*

Amos
Équipement Amos Ltée

Val d'Or
Les Ateliers JMR inc.

Rouyn-Noranda
Camions Rouanda Inc

La Sarre
Fabrinord Ltée



Équipement Amos Ltée

541, Rue de l'Harricana
Amos (Québec) J9T 2P8

Téléphone : (819) 732-3333 Télécopieur : (819) 732-1669
Site internet : <http://www.equipementamos.com/home.aspx>



PAUSE CAFÉ

Vocabulaire de la plante

Déchiffrez les mots. Utilisez les lettres numérotées pour trouver le mot mystère au bas de la page.

OOPHLYECLRLH

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

TYDCNOOEL

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

UTIRF

--	--	--	--	--

IEEULFL

--	--	--	--	--	--	--

NSPOTYHEEHSTO

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

DTRCPOUER RERMIPIA

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

RAGIN

--	--	--	--	--

MEISS

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11



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

Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

Carte professionnelle :	3,00 \$/mois	30,00 \$/année
Un quart de page :	4,00 \$ /mois	40,00 \$/année
Demi-page :	6,00 \$/mois	60,00 \$/année
Page entière couverture intérieure:	15,00 \$/mois	150,00 \$/année
Page entière couverture extérieure:	20,00 \$/mois	200,00 \$/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: 819-732-8501
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 2016	26 janvier 2016	31 janvier 2016
Février 2016	23 février 2016	29 février 2016
Mars 2016	22 mars 2016	29 mars 2016
Avril 2016	19 avril 2016	25 avril 2016
Mai 2016	24 mai 2016	30 mai 2016
Juin 2016	21 juin 2016	27 juin 2016
Juillet 2016	19 juillet 2016	25 juillet 2016
Août 2016	23 août 2016	29 août 2016
Septembre 2016	20 septembre 2016	26 septembre 2016
Octobre 2016	25 octobre 2016	31 octobre 2016
Novembre 2016	22 novembre 2016	28 novembre 2016
Décembre 2016	13 décembre 2016	19 décembre 2016

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

644, 1re Avenue Ouest, Amos (QC) J9T 1V3
www.christinemore.npd.ca // christine.moore@parl.gc.ca
819 732-2266 // 1 800 567-6433



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!**



**D'amour
et d'eau pure!**

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

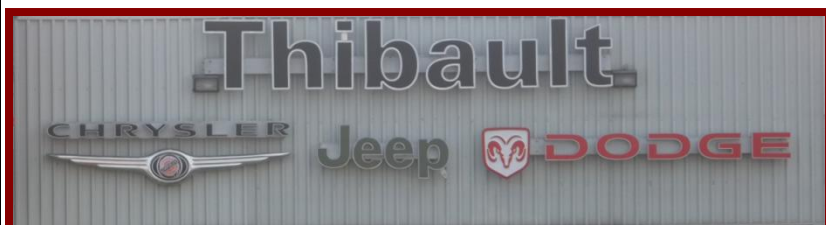
<http://www.mrcabitibi.qc.ca>

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) J9T 2J8
 Téléphone : 819-732-5247
 Télécopieur : 819-732-5268
 Adresse courriel : thibault@cableamos.com
 Site Internet : www.thibaultchrysler.com



Mario Collin

Carrossier

Bil-Yvon

Lettrage
Shik
Design

Body  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