



SAINT-MARC-DE-FIGUERY



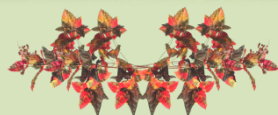
L'ÉVEIL CAMPAGNARD



Bienvenue à l'événement automnal
«Dégustation bières et saucisses»
7 novembre 2015

Volume 15, numéro 10, 26 octobre 2015

D'amour
et d'eau pure!





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

ENEZ VOIR LES NOUVEAUX MODÈLES 2015 SUR PLACE !

Elantra



Tucson



Sonata



TABLE DES MATIÈRES

Auteur des photos page couverture: Jocelyne Bilodeau

Table des matières & Pensées du mois	3
Section paroissiale	4 à 7
Section municipale	8 à 10
Info-agente de développement	11
Info-recyclage	12
Info-environnement	13
Info-biblio	14
Info-pompier	15
Info-santé	16
Info-jeunesse	17 et 18
Info-scolaire	19
Info-parents	20 et 21
Info-aînés	22
Info-culture	23
Recette du mois	24
De la terre à la table	25
Chronique quoi de neuf dans les applis	26
Section des nouvelles	27 à 33
Section des communiqués	34 à 49
Contact avec l'état	50
Calendrier détachable	51
Pause café	53

Pensées du mois

«Vous pouvez terminer l'école, mais vous ne devriez jamais terminer votre éducation.» John Rohn

«Demandez-vous si ce que vous faites aujourd'hui vous rapproche de l'endroit où vous voulez être demain.»
La Pensée Du Jour

«Ne cours pas après les gens. Sois toi-même, occupe-toi de tes propres affaires et sois dur à l'effort. Les bonnes personnes, celles qui sont destinées à faire partie de ta vie, viendront elles-mêmes vers toi et resteront.» Will Smith

«Parfois, il y a beaucoup d'obscurité dans ce monde. Comme je le vois, vous avez deux choix. Vous pouvez être une partie de cette obscurité ou vous pouvez être la lumière. Soyez la lumière.» Tom Giaquinto

Source : la-penseedujour.verblog.com



Massage

pour le

traitement

de la

cellulite

Produits également disponibles !

Informez-vous !

819-727-2990

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 1^{er} novembre 9h30 :

Joseph Rouillard
Offrande au service

Dimanche 8 novembre 9h30 :

Défunts famille Joseph-Hilaire Boutin
Par les membres de la famille

Dimanche 13 novembre 9h30 :

Martin Boutin
Offrande au service

Dimanche 20 novembre 9h30 :

Suzanne Gravel
Offrande au service

Dimanche 27 novembre 9h30 :

André Cloutier
Offrande au service

1^{ER} VENDREDI DU MOIS :

Vendredi, le 6 novembre 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)

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 1^{er} novembre :

Rose-Emma Dupuis / Intentions personnelles

Semaine du 8 novembre :

Berthe B. Mongrain / Intentions personnelles

Semaine du 15 novembre :

Jocelyne Mongrain / Intentions personnelles

Semaine du 22 novembre :

Gilles Roy / Intentions personnelles

Semaine du 29 novembre :

Un paroissien / Aux intentions de la communauté de St-Marc

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

FABRIQUE :

Quêtes et revenus du 1er au 30 septembre 2015 :

Prions :	19,85 \$
Lampions :	74,00 \$
Quêtes :	263,60 \$
Collecte pour les besoins de l'Église au Canada:	31,48 \$
Collecte du Dimanche Missionnaire Mondial:	122,00 \$
Don au baptême :	20,00 \$

Capitation 1er janvier au 30 septembre 2015: 4 400,00 \$.

BINGO :

Après la messe de 9h30, dimanche le 29 novembre, il y aura un brunch qui débutera à 11h et sera suivi du Bingo-dindes à compter de 13h. Bienvenue à tous paroissiens et paroissiennes.

BANC D'ÉGLISE :

La fabrique a présentement un banc d'église à se départir! Le banc mesure 8' 10" de long.

Toute personne intéressée à avoir ce banc peut faire un DON pour l'obtenir.

Le conseil de fabrique se réserve le droit d'accepter ou non le montant suggéré!

Vous pouvez communiquer avec Joan T. Audy, ou un des marguilliers (ières) de la Fabrique Saint-Marc-de-Figuery ainsi qu'à Estelle Périgny au 732-4030 (C.D. Boutin).

SONT PARTIS VERS LA MAISON DU PÈRE :

Marie-Jeanne Lemay : Décédée à la Maison du Bouleau Blanc, le 3 octobre 2015, à l'âge de 87 ans. Elle était l'épouse de feu Léon Lemay et domiciliée à Amos. Les funérailles ont eu lieu le 7 octobre dernier à Amos.

Marie-Jeanne Lemay était la mère de Madame Thérèse Lemay (Donald Lemire) de notre paroisse.

André Cloutier : Décédé au CSSS les Eskers d'Amos (Centre d'Hébergement Harricana), le 2 octobre 2015, à l'âge de 84 ans. Il était domicilié à St-Marc-de-Figuery. Les funérailles ont eu lieu le 9 octobre dernier à St-Marc-de-Figuery.

André Cloutier était le fils de feu Alphonse Cloutier et de feu Albertine Morin. Il est né à St-Marc. Il était le père de Bernard (Rose-Emma Dupuis) de notre paroisse.

Robert Goyette : Décédé au Centre hospitalier d'Amos, le 7 octobre 2015, à l'âge de 83 ans. Il était l'époux de feu Jeannine Mc Crae et domicilié à Amos. Une cérémonie a eu lieu à la Chapelle des Maisons funéraires Blais d'Amos le 14 octobre dernier.

Robert Goyette est né à St-Marc-de-Figuery. Il était le fils de feu Aimé Goyette et de feu Yvonne Trépanier.

Ghislain Levasseur : Décédé au Centre hospitalier d'Amos, le 18 octobre 2015, à l'âge de 68 ans. Il était l'époux de Jocelyne Levasseur et domicilié à Amos. Une cérémonie a eu lieu au salon de la Résidence funéraire d'Amos le 21 octobre dernier.

Ghislain Levasseur était le père de Madame Liane Levasseur (David Simard) de notre paroisse.

**Aux personnes touchées par ces départs,
la communauté paroissiale de St-Marc offre ses plus sincères condoléances.**

BAPTISÉS EN JÉSUS :

En l'église de St-Marc-de-Figuery, Mario Coulombe, diacre permanent au diocèse, a baptisé le 4 octobre dernier :

~ **Caleb**, fils de Dominique Vachon et de Sébastien Banville-Morin de St-Marc-de-Figuery.

~ **Éliane**, fille de Joanie Boutin et de David Gingras de Landrienne.

Que l'arrivée de ces enfants soit une bénédiction!

Vœux de bonheur aux parents!

RAPPEL : HORAIRE DES CATÉCHÈSES 1 ET 2 POUR NOVEMBRE 2015 :

Voici les dates des catéchèses « **Laisse-moi te raconter 1 et 2** » pour le mois de novembre :

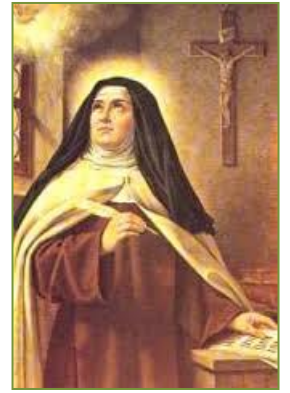
1^{er} novembre - 15 novembre - 29 novembre

Ces catéchèses ont lieu **après la messe de 9h30 le dimanche.**

15 OCTOBRE : FÊTE PATRONNALE DU DIOCÈSE D'AMOS :

(Sources : Divers Bulletins d'Informations du diocèse d'Amos)

Le 15 octobre de chaque année, nous retrouvons au calendrier des saints, la fête de **Thérèse d'Avila**, qui est non seulement la patronne de la cathédrale d'Amos, mais aussi la **patronne de notre diocèse**. La raison en est que **c'est le 15 octobre 1911 que fut célébrée par Mgr Latulipe**, évêque d'Haileybury (nous faisons alors partie de ce diocèse), la première messe sur le site de la ville d'Amos, accompagné de l'abbé Yvanhoë Caron.



Mais qui était Thérèse d'Avila?...

- Thérèse est née en Espagne le 28 mars 1515, d'une famille de la noblesse castillane. **(2015 est donc le 500^e anniversaire de sa naissance)**...
- Elle est la troisième d'une famille de 12 enfants...
- Sa famille a des origines juives du côté paternel...
- Elle perd sa mère à l'âge de 12 ans...
- Toute sa vie, sa santé demeurera fragile, raison pour laquelle son père s'opposera à son entrée en vie religieuse...
- Dotée d'une forte volonté, elle deviendra pourtant carmélite à l'âge de 19 ans, en 1534...
- Mènera d'abord, dans le Carmel d'Avila, une vie religieuse normale...
- Vivra paralysée pendant deux ans (1537 – 1539) et affirmera devoir sa guérison à saint Joseph...
- La profondeur de la foi dont témoignera son père à sa mort (1541) l'amènera à chercher et à approfondir sa propre démarche spirituelle qui se fera graduellement, car elle ne commencera à vivre des expériences mystiques qu'en 1556 (à l'âge de 41 ans)...
- Cette vie spirituelle intense s'accompagnera du désir de réformer son ordre religieux pour revenir à ses origines, une vie plus pauvre et centrée sur la prière. Elle sera aidée par Saint-Jean de la Croix et saura obtenir le soutien des autorités de son ordre malgré de nombreuses oppositions...
- Fondera ainsi 17 carmels « déchaussés »...
- À partir de 1560, il lui sera demandé d'écrire, afin de conserver pour le futur, son expérience spirituelle hors du commun...
- C'est ainsi que naîtra son œuvre majeure, *Le château intérieur*...
- Par ses écrits sur son expérience spirituelle, elle devient une figure majeure de la spiritualité chrétienne. Cela lui vaudra le titre de Docteur de l'Église; elle sera la première femme à obtenir un tel titre...
- Décédée le 15 octobre 1582 elle sera canonisée en 1662...

Suite à cet écrit, un résumé est donné sur ce qui s'est passé à la cathédrale d'Amos, le 15 octobre dernier, pour souligner la fête et le 500^e anniversaire de naissance de la patronne du diocèse et de la cathédrale : Thérèse d'Avila.

15 OCTOBRE : CONFÉRENCE DIOCÉSAINE SUR THÉRÈSE D'AVILA :

(texte : Liliane Veillette)

J'aurais beaucoup à dire sur cette journée. J'ai fait la connaissance de Sainte Thérèse d'Avila, première femme docteur de l'Église. Je savais peu de choses sur elle... Au fur et à mesure que la journée passait, je me suis mise à l'aimer.

Avec la conférence de l'abbé Denis Villeneuve, il a su nous donner un exposé avec des mots simples, sur un des écrits de sainte Thérèse : « Les Sept Demeures ou le Château Intérieur ». C'est un résumé de la pensée spirituelle de Thérèse d'Avila, pour avancer sur le chemin de la prière et de l'oraison. Elle est allée chercher des mots qui touchent le cœur, et qui conviennent autant pour les femmes que pour les hommes.

En voici quelques lignes...

Comment entrer dans les sept demeures, c'est-à-dire comment entrer dans l'oraison?...L'oraison, c'est parler à Dieu comme à un ami.

- ❖ On entre chez lui librement, tout comme on décide d'y rester librement...
- ❖ Puis on s'aperçoit qu'on a des choses à changer dans notre vie...

- ❖ On prend conscience qu'il y a en nous un défi, celui du péché qui est de détruire en nous ce qui est bien, défi réel et important...
- ❖ On s'aperçoit qu'on a un grand besoin de Dieu dans les épreuves, mais on est jamais seul, il marche avec nous...
- ❖ Et si Dieu le décide, si c'est sa volonté, il peut nous amener plus loin, vers la dernière demeure, faire de nous un grand saint, une grande sainte. Si on entre dans le château intérieur, l'amour en nous grandit. On expérimente l'amour de Dieu pour nous. L'amour qu'on a pour Dieu grandit dans notre cœur et l'amour pour le prochain reflète le même amour que Jésus a eu pour tous les humains (Je vis en lui et il vit en moi).

Une belle célébration eucharistique fut présidée par Mgr Gilles Lemay.
Plusieurs prêtres, et les nouveaux prêtres arrivés au diocèse étaient présents.

Dans la soirée, la pièce de théâtre « Les chemins de Geneviève » a su plaire à ses auditeurs, par la belle prestation de Mélanie Nadeau, comédienne. Les musiciens Isabelle Leduc et Pierre-Louis Therrien l'accompagnaient. À la toute fin, nous avons été enchantés par un Ave Maria interprété par Lynda Poulin.

J'ai beaucoup aimé la mise en scène, j'y ai vu des réalités de ma vie. Merci à Pierre Tremblay qui nous a illustré la spiritualité de sainte Thérèse d'Avila, dans la vie de Geneviève, et aussi dans la nôtre.

ANNIVERSAIRES ET/ OU ÉVÉNEMENTS :

1 ^{er} novembre :	Fête de tous les saints (la Toussaint)...
:	Retour à l'heure normale (on recule montres et horloges)...
2 novembre :	Commémoration de tous les fidèles défunts...
6 novembre :	1 ^{er} Vendredi du Mois à 13 :30...
8 novembre :	Anniversaire de naissance de feu l'abbé Paul-Émile Bilodeau...
11 novembre :	Le Jour du Souvenir...
15 novembre :	Collecte spéciale Solidarité Inter-paroissiale
21 novembre :	Présentation de Marie au Temple...
22 novembre :	Fête du Christ, Roi de l'Univers...
29 novembre :	1 ^{er} dimanche de l'Avent, Année C...
:	Saint André, Apôtre...



*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
srouillard@sylviefleuriste.com



SECTION MUNICIPALE
Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery
COMPTE-RENDU DE LA SÉANCE ORDINAIRE
DU CONSEIL MUNICIPAL DU 5 OCTOBRE 2015
www.saint-marc-de-figuery.org

Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors de la séance ordinaire du 5 octobre dernier.

1. Le procès-verbal de la réunion du conseil du 14 septembre a été adopté sans modification, ainsi que le procès-verbal de la réunion extraordinaire du 29 septembre 2015, les documents complets sont disponibles sur le site web municipal : www.saint-marc-de-figuery.org
2. Le rapport des travaux effectués et prévus dans le cadre du programme de la taxe d'accise est déposé et adopté. Il sera transmis au ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire pour le versement de la subvention couvrant le changement des ponceaux du chemin des Prés.
3. Un soutien financier au Groupe Zumba qui reprend ces activités a été accordé par le conseil qui tient à encourager les citoyens à l'activité physique régulière.
4. Un soutien financier a été accordé à Génies en herbe sous la forme de cartes prépayées pour un montant de 1 000\$. Génies en herbe recevra une ristourne sur le montant et la municipalité effectuera ces achats habituels avec les cartes prépayées ainsi acquises. Une formule gagnant / gagnant pour nos jeunes.
5. Un soutien financier au montant de 100\$ par année pour les 5 prochaines années a été accordé au Mont-Vidéo.
6. Comme à chaque année le conseil soutien financièrement, le Comité piste cyclable, dans le cadre de l'évènement annuel, Bières et saucisses, pour un montant de 200\$. Nous vous invitons à y participer en grand nombre, le 7 novembre prochain, puisque les profits générés sont réinvestis à l'amélioration de notre piste cyclable.
7. Le conseil autorise, madame, la directrice générale et secrétaire-trésorière, à procéder à un appel de soumission pour la réparation des dommages causés suite à un incident, au garage municipal. Ces dépenses sont couvertes par l'assurance que détient la municipalité.
8. Le conseil accepte l'inscription de l'Ébénisterie RN inc. au programme de crédits de taxes municipales dans le cadre de son projet d'agrandissement.
9. Un nouvel appel d'offres sera lancé pour l'installation d'un ponceau d'accès et d'un espace stationnement à l'espace vert en respectant la limite budgétaire de 8050 \$, le contrat sera octroyé au soumissionnaire offrant la meilleure offre pour le montant investi. Ce projet est couvert par une subvention importante du pacte rural.
10. Les dépenses suivantes ont été adoptées :

Comptes payés en septembre	175 849.10\$ (86 051.05 en subvention, liste page suivante)
Comptes à payer en octobre	13 026.71\$
Salaires payés en septembre	17 257.77\$ (emploi été, employés et membres du conseil)
Salaires à payer en octobre	7 698.28\$
11. Des transferts budgétaires pour un montant de 5 888 \$ a été adopté afin de pouvoir certains postes de dépenses déficitaires en utilisant le montant de taxes excédentaires et 660\$ des revenus supplémentaires des constats d'infraction.

Le rapport budgétaire du mois de septembre est déposé
La séance est levée à 20h15

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, LE 2 NOVEMBRE 2015, 19 h 30 AU 10 AVENUE MICHAUD.



Province de Québec
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 2 novembre 2015 à 19h30 au 10 avenue Michaud.

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

Nature et effets :

Régulariser l'empiètement de l'avant-toit de la résidence dans la marge de recul avant qui est de 1.84 m au lieu de 1.5m tel que prescrit par la réglementation. Régulariser l'alignement de la serre qui n'est pas parallèle à la ligne avant de la propriété.

Identification du site concernée : 108, chemin de l'Église

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

Donné à Saint-Marc-de-Figuery, ce treizième jour d'octobre deux mille quinze.

2015-09-16
Date de l'avis

Céline Dupras,
Secrétaire-trésorière



Province de Québec
Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery

AVIS SÉANCE PUBLIQUE D'INFORMATION
TRAITEMENT SURFACE DOUBLE

UNE SÉANCE PUBLIQUE D'INFORMATION SE TIENDRA LE **JEUDI 29 OCTOBRE, À 19H00, À LA SALLE DE L'ÂGE D'OR DU 10 AVENUE MICHAUD.**

LORS DE CETTE SÉANCE LE PROJET DE TRAITEMENT DE SURFACE DOUBLE ET CES COÛTS POUR LES CHEMINS SUIVANTS, SERA PRÉSENTÉS :

CHEMIN DE LA PROMENADE

CHEMIN DU BOISÉ

CHEMIN DES HAUT-BOIS

CHEMIN DE L'ÉGLISE

CHEMIN SIGOUIN

CHEMIN DU LAC ET CHEMIN DE LA DESCENTE

TOUTE PERSONNE INTÉRESSÉE EST INVITÉE À Y ASSISTER.
UN REGISTRE PERMETTRA AUX CITOYENS CONCERNÉS DE CES SECTEURS D'ACCEPTER OU DE REFUSER LE PROJET.

2015-09-16
Date de l'avis

Céline Dupras,
Secrétaire-trésorière

INFO-CITOYEN

Au cours des dernières semaines, la cédule de nivelage des chemins a été interrompue suite à des actes de vandalisme sur la niveleuse.

De tels gestes ont des conséquences directes sur les services aux citoyens. Des coûts non prévus ont été défrayés : en temps de recherche de la cause, en pièces de remplacement, en sous-traitance de services de nivelage.

Nous sommes grandement désolés des inconvénients que cela a pu causer. Nous faisons appel à votre vigilance, si vous remarquez quelque chose d'anormal, n'hésitez pas à contacter les services policiers.

**Le matériel, équipements, bâtiments municipaux sont aussi les vôtres,
les surveiller, les protéger c'est aussi votre affaire!**



MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY
COMPTES PAYÉS EN SEPTEMBRE 2015 - LISTE DES CHÈQUES

N°chèque	Nom	DESCRIPTION	Montant
C0150144	PETITE CAISSE	Entretien ménager aout septembre	240,00
C0150145	LA COOP VAL-NORD	Fest. champ (remboursé)	19,32
C0150146	Équipements incendies CMP MAYER INC	Achat équipement Pompiers	3 010,04
C0150147	BEN DESHAIES INC.	Fest. champ (remboursé)	143,63
C0150148	CANADA POST CORPORATION	Frais poste Éveil Campagnard août	46,27
C0150149	PAVAGE ABITIBI	Pavage entrée, chemin Sigouin	11 325,05
C0150150	SANIMOS INC.	Collecte de matières résiduelles	5 647,19
C0150151	STEVE LABBÉ	Acquisition deux ponceaux Espace Vert	916,35
C0150152	STRONGCO	Pièces niveleuse	143,84
C0150153	WAJAX	Entretien camion pompiers	513,19
C0150154	DESJARDINS SÉCURITÉ FINANCIÈRE	Assurances collectives	1 308,18
C0150155	POMPIERS D'AMOS	frais remplissage bombonnes	48,00
C0150156	VILLE D'AMOS	Site enfouissement et Écocentre	4 164,87
C0150157	CHEF A DOMICILE TRAITEUR INC.	Repas Fest Champ (remboursé)	6 438,60
C0150158	C.D.BOUTIN	Diesel, essence, poste, quincaillerie	780,28
C0150159	ATELIER KGM INC	Vérification mécanique camion pompiers	121,24
C0150160	C.D.BOUTIN	achat Fest-champ (remboursé)	3 621,22
C0150161	CANADA POST CORPORATION	Frais poste Éveil Campagnard sept	46,27
C0150162	Chapiteau Abitibi 2011	Frais Fest Champ (remboursé)	3 805,67
C0150163	CLD ABITIBI	MAX Taxi (remboursé)	300,00
C0150164	HYDRAUVEC	Ent et réparation niveleuse	631,08
C0150165	MINISTÈRE DES FINANCES	Deuxième versement Sureté Québec	25 953,00
C0150166	LES ENTREPRISES ROY ET FRÈRES	Travaux ponceau Boutin chemin des Prés	27 617,00
C0150167	MAGASIN RENÉ VEILLEUX INC.	Fest champ (remboursé)	41,34
L1500053	HYDRO-QUÉBEC	Électricité Parc Héritage	32,16
L1500054	HYDRO-QUÉBEC	Électricité bureau, garage, luminaires août	494,99
L1500055	MINISTÈRE DU REVENU DU QUÉBEC	DAS Provinciales	3 491,96
L1500056	MINISTÈRE DES FINANCES	DAS Fédérales	1 463,72
L1500057	RÉGIME RETRAITE EMPLOYÉS MUNICIPAUX	Régime de retraite	1 732,35
L1500058	HYDRO-QUÉBEC	Électricité bureau municipal sept	119,07
L1500059	BELL MOBILITE	Frais cellulaire + frais transfert	248,67
L1500060	TÉLÉBEC LTÉE	Téléphone bureau	143,46
P1500148	JOCELYNE BILODEAU	Frais de déplacement (Fest + accueil)	122,40
P1500149	JACQUES RIOPEL	Frais de déplacement MRC	100,00
P1500150	MAGASIN RENÉ VEILLEUX INC.	Fest champ (remboursé)	126,45
P1500151	LOCATION LAUZON AMOS INC	location scie à béton travaux rue Pionnier	74,85
P1500152	M & M NORD OUEST INC.	Fourniture garage et pièces niveleuse	355,33
P1500153	TERRASSEMENT ET EXCAVATION MARCHAND	Travaux entrée - infrastructure sport	6 757,93
P1500154	BIGUÉ AVOCATS	constat infraction	38,32
P1500155	DUPRAS CELINE	Déplacement vers Amos, dépôt (Janv à aout)	378,00
P1500156	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidange Fosses septique	506,90
P1500157	ORIZON MOBILE	Pageette pompiers	100,66
P1500158	IMPRIMERIE HARRICANA	Impression journal	469,10
P1500159	LES MATÉRIAUX 3+2 LTÉE	asphalte froide	144,73
P1500160	MÉDIAS TRANSCONTINENTAL S.E.N.C.	Publicité Fest Champ (remboursé)	206,96
P1500161	PAPETERIE COMMERCIALE	Cartouche encre	94,26
P1500162	SÉCURIPUS 9030-1318 Qc INC.	Inspection des extincteurs	189,07
P1500163	MAGASIN RENÉ VEILLEUX INC.	Fournitures garage	60,49
P1500164	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidange Fosses septique	253,45
P1500165	LES MATÉRIAUX 3+2 LTÉE	asphalte froide	195,35
P1500166	MÉDIAS TRANSCONTINENTAL S.E.N.C.	Publicité Fest Champ (remboursé)	206,96
P1500167	LAROCHE BUREAUTIQUE	Contrat de service sept- à déc	194,18
P1500168	BIGUÉ AVOCATS	Frais traitement constats infraction	288,59
P1500169	DUPRAS CELINE	Frais de formation	1 173,60
P1500170	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidange Fosses septique	253,45
P1500171	MARCEL BARIL LTÉE	Acquisition deux ponceaux chemin des Prés	58 434,05
P1500172	MÉDIAS TRANSCONTINENTAL S.E.N.C.	Publicité Fest Champ (remboursé)	206,96
P1500173	ZIP LIGNES	achat numéro civiques	309,05
GRAND TOTAL			175 849,10
- Moins Subvention TECQ 2014-			86 051,05
Dépenses régulières			89 798,05



INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

INSTITUT DU NOUVEAU MONDE

L'essor de la participation citoyenne est largement tributaire de la volonté des décideurs d'écouter les citoyens qui veulent s'exprimer, de partager avec le public une partie du pouvoir qui leur incombe. C'est pourquoi nous avons demandé à une quinzaine de chefs d'entreprise et d'association, de militants, d'anciens élus ou de leaders d'opinion de répondre à la question suivante: «D'après vous, à quoi la participation citoyenne peut-elle être utile?»

Claire Bolduc, présidente, Solidarité rurale du Québec

D'emblée, il faut rappeler que la participation citoyenne, ce n'est pas simplement utile: c'est essentiel! Dans cette période troublée que nous traversons, le premier constat que nous devons faire est précisément que la participation citoyenne s'est effritée. Dès lors, c'est notre démocratie qui s'affaiblit, en déficit qu'elle est de ses citoyens.

En manque de ces personnes responsables et engagées qui se mêlent de leurs affaires. Ainsi, ce n'est pas pour faire joli que l'on provoque le débat et les échanges; c'est parce que c'est la seule façon de réellement mobiliser la population, d'avoir un œil sur ce qui se décide et de contribuer à modeler la société dans laquelle nous évoluons.

Notre société a un urgent besoin de ces citoyens engagés, capables de proposer une vision de leur coin de pays, de la partager et de travailler à la réaliser. Pas seulement des personnes qui cherchent à se faire élire, mais aussi, et surtout des citoyens prêts à contribuer aux débats et à l'action, fiers d'alimenter la vie sur leur territoire, participant à le dynamiser et à le développer de façon durable.

Parce que chaque voix est unique et que chaque voix compte, il ne faut pas se taire. Sauf si c'est pour écouter. Le silence n'est richesse, que lorsqu'il est consacré à l'écoute de l'autre, pour une meilleure compréhension de ce qu'il est, de sa réalité, de ses objectifs, pour pouvoir ensuite établir un véritable dialogue avec lui. Le laxisme, dans sa manière même de concevoir et de laisser aller la démocratie, ne donne ni dignité, ni identité, ni fierté à nos communautés, à nos organisations et à l'ensemble de la société. Au contraire. Le confort du laisser-faire a trop souvent mené nos institutions à des dérapages regrettables ces dernières années.

Car le défi de la vie en société est précisément là, dans le vivre-ensemble, dans les ponts que nous devons bâtir pour nous projeter collectivement plus loin, pour passer d'une rive à l'autre, du présent au futur, en ne laissant personne derrière.

De son propre point de vue, chacun voit des occasions à saisir, des écueils à éviter. Voilà pourquoi il est si important que chacun participe à l'édification de la société.

Source : <http://inm.qc.ca/blog/claude-bolduc/>

**LA PORTE D'ENTRÉE
POUR VOS PROJETS!**

Pour vos projets d'affaires ou de développement local
Faites appel à l'expertise de votre Centre local de développement

Tél : 819 732-6918 / info@cldabitibi.com / www.cldabitibi.com



INFO-RECYCLAGE

Réduire pour limiter le gaspillage alimentaire!



Cette année encore, la SQRD met l'accent sur le gaspillage alimentaire. À juste titre étant donné qu'une famille canadienne gaspille en moyenne **139 kilos de fruits, de légumes et de viandes** annuellement (ICIexplora, 2015). D'après une étude menée par le *Value Chain Management Centre* (2010), se sont pas moins de 27 milliards de dollars de denrées alimentaires qui sont inutilement dépensés, soit **771 \$ par québécois et par année**.

Le gaspillage alimentaire

Sur 4 milliards de tonnes de nourriture produites chaque année...



des légumes ne sont pas récoltés à cause de leur aspect*



550 milliards de m³ d'eau utilisés pour faire pousser des produits qui ne seront jamais mangés



... **30 à 50 %** finissent à la poubelle

À la maison, 25 % de la nourriture finit à la poubelle

Salade	50 %
Pain	33 %
Fruits	25 %
Légumes	20 %



* Au Royaume-Uni

Source : Institution of Mechanical Engineers

À l'échelle mondiale, ce sont, à chaque seconde, **41 200 kilogrammes d'aliments** qui sont envoyés directement dans nos poubelles. Sur une année entière, cela représente ni plus ni moins le **tiers de la production mondiale**.

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

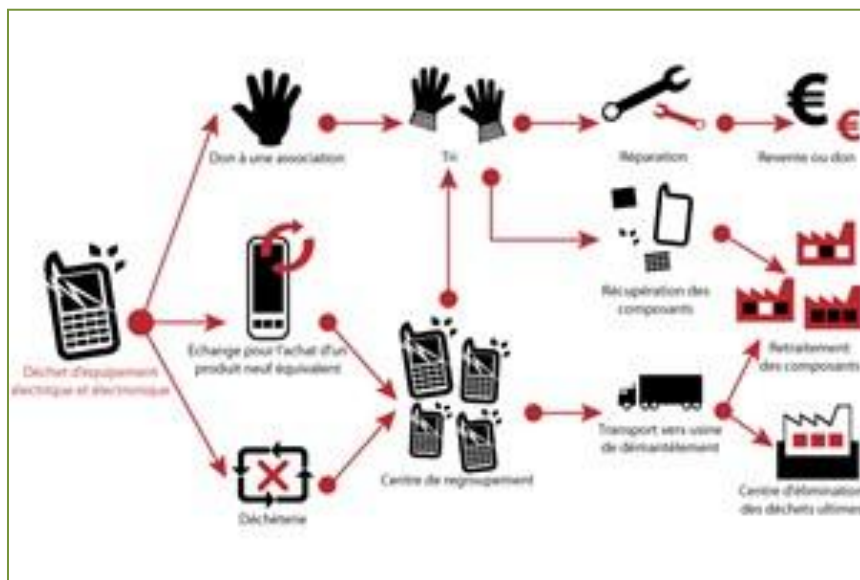


INFO-ENVIRONNEMENT

Je donne une seconde vie à mon téléphone portable

En moyenne, un utilisateur garde pendant 20 mois son téléphone portable avant d'en changer. Cette pratique génère beaucoup de téléphones portables inutilisés ou finissant leur vie comme déchets alors qu'ils fonctionnent encore. Si vous avez dans un tiroir un téléphone portable que vous n'utilisez plus, faites-en don à une association ou une entreprise d'économie sociale. Votre téléphone sera ainsi réparé si besoin, réutilisé et ne deviendra pas un déchet toxique.

**5 téléphones portables usagés =
1 téléphone portable opérationnel,
en réutilisant ses composants.**



Le saviez-vous ?

En fin de vie, les téléphones portables constituent des déchets d'équipement électrique et électroniques (DEEE) très toxiques. Pour votre santé et l'environnement, vous devez impérativement ramener en magasin ou apporter en déchetterie votre téléphone portable en fin de vie.

Source : <http://www.vedura.fr/guide/eco-geste/donne-vie-telephone-portable>

TERRASSEMENT & EXCAVATION MARCHAND

Licence RBQ : 8247979134

134, chemin de la Rivière

St-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

Le Regroupement des organismes de base en santé mentale (ROBSM)

Contrer la stigmatisation en santé mentale

Suggestions de lectures et d'achats

Pour commander : <http://carnet.robsm.org/ckfinder/userfiles/files/Bon%20de%20commande.pdf>

ROBSM 991, rue Champflour, Trois-Rivières (Québec), G9A 1Z8

Téléphone: 819-691-2592

Télécopieur: 819-693-6500

Courriel: info@robsm.org

Laurence Brouillette et Coralie Chagnon-Voyer

Ça s'peut-tu ?

Immensité, méfie-toi de l'anoranimal. Fuis ta vraie nature. Pour ton image, détruis l'authentique. Cache-les, qu'ils se perdent en chemin et tombent. Voracité, fait du travail une compétition, de la journée une course. Appauvris leur quotidien, codifie leurs têtes, monte-les contre les autres. Séparés, ils perdront leur force... Tire-toi une bûche, m'en va te raconter. Un conte immense dans un petit livre qui, justement, nous livre l'enfer généré par la stigmatisation et ces effets néfastes.



Richard Langlois

Un phare sur ma route

Vivre avec un problème de santé mentale, oser et s'épanouir

Témoignage d'espoir

Préface de M. Guy Jodoin

Les prévisions de l'Organisation Mondiale pour la Santé s'avèrent fort pessimistes en ce qui concerne les problèmes de santé mentale pour les prochaines décennies.

Dépression, troubles bipolaires, troubles d'anxiété, schizophrénie, troubles de la personnalité font partie du langage qui fait, hélas, désormais partie de notre quotidien. Il y a bien des façons de réagir devant cette situation. Vivant lui-même avec un diagnostic de trouble bipolaire depuis plusieurs années, Richard Langlois préfère insister sur l'espoir et le rétablissement. Il croit à la prévention et s'implique dans la lutte contre la stigmatisation.



Dans ce livre il partage la plume avec sa conjointe Fabienne pour vous présenter un pan de leur vie.

Aspiramos, VACexpert

**Mélanie
Bouchard**



Airmos+

**Marc
Ouimet**



Aspirateur de toutes sortes :

- * Résidentiel
- * Industriel
- * Portatif
- * commercial
- * central

Coffrages isolants

Purificateur d'air

Échangeur d'air

812, 1^{re} Avenue Ouest, Amos (Québec) J9T 1V8

Téléphone : 819-732-5286

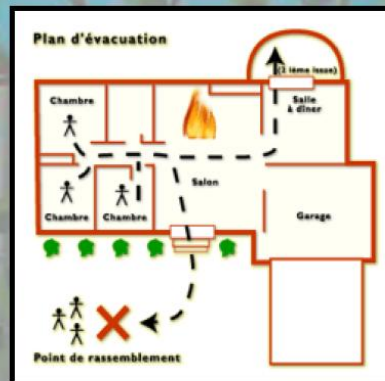
Télécopieur : 819-732-0576

SÉCURITÉ INCENDIE

**PRÉPARER
UN PLAN
D'ÉVACUATION,**



C'EST RASSURANT !



Dessinez un plan d'évacuation

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

Indiquez les éléments suivants sur votre plan

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

L'avertisseur de fumée : le moyen le plus fiable pour vous alerter

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

Avertis, Prêts,

Sortez !

La fumée est mortelle et se propage à une vitesse fulgurante.

**URGENCE
9-1-1**

Un message du Service de Sécurité Incendie de la MRC d'Abitibi en collaboration avec vos Services de Sécurité Incendie.

Exercez-vous en famille !

**McGUIRE, DUSSAULT, BENOIT
AVOCATS**



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

RENÉE DUSSAULT, D.E.C., LL.B

ÉRIC BENOÎT, D.E.C., LL.B

FRÉDÉRIK HUGO LAFORTUNE, D.E.C., LL.B

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

39-A, 1^{re} Avenue Ouest

Amos (Québec) J9T 1T7

Téléphone : 819-732-5258

Télécopieur : 819-732-0394

Adresse électronique : mcguire.dussault@cableamos.com

INFO-SANTÉ

Savez-vous réduire votre risque d'Alzheimer ?

La maladie d'Alzheimer est très connue. Mais on parle très peu de la manière dont on peut diminuer les risques d'en être atteint. Et pourtant, les recherches ont montré qu'il était possible de diminuer considérablement les risques souffrir de la maladie d'Alzheimer... Faites le test pour savoir si votre manière de vivre est bénéfique pour votre cerveau !



Vous connaissez quelques informations sur la prévention de la maladie d'Alzheimer, mais pas suffisamment pour faire le maximum pour votre santé. C'est dommage, car si vous avez répondu à ce test, c'est que le sujet vous intéresse.

Il est extrêmement intéressant de mener un mode de vie anti-Alzheimer, car il prévient aussi les infarctus, AVC et cancers ! Vous pouvez compléter vos connaissances en lisant un livre sur le sujet : « Prévenir Alzheimer, cancer, infarctus » aux éditions livre de poche par les Drs Catherine Solano et Philippe Presles.

Voici des explications plus précises aux questions courantes :

- L'hypertension artérielle multiplie par 6 le risque de maladie d'Alzheimer. Autrement dit, si vous ne soignez pas votre hypertension, votre cerveau en subit les conséquences. Le traitement par antihypertenseur a prouvé son effet en prévention de la maladie d'Alzheimer.
- L'exercice physique est essentiel pour prévenir la maladie d'Alzheimer : On sait par exemple que 3 km de marche quotidienne diminue de moitié le risque de maladie d'Alzheimer chez l'homme...
- Le tabagisme double le risque de survenue de la maladie d'Alzheimer, et peut même le tripler chez les gros fumeurs.
- Les graisses de type oméga-3 participent à la prévention de la maladie d'Alzheimer. L'huile de colza est l'huile d'assaisonnement la mieux adaptée pour cet apport, avec l'huile de noix. L'huile de tournesol est à éviter et l'huile d'olive n'a pas d'effet néfaste, mais pas d'effet bénéfique non plus en prévention de la maladie d'Alzheimer.
- Bien traiter un cholestérol trop élevé est essentiel dans la prévention de la maladie d'Alzheimer. Cela tombe bien, c'est tout aussi important pour la prévention des infarctus et AVC.

Le curcuma, associé au poivre noir semble être capable d'agir sur la désagrégation des plaques amyloïdes impliquées dans la maladie d'Alzheimer.

PasseportSanté.net



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

Proximed



Membre affilié à :

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

41, 1^{re} Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1T7

Téléphone : 819-732-2641

Télécopieur : 819-732-3484

SERVICES :

Livraison

Prise de tension artérielle

Centre de diabète

Pilulier

Orthopédie et bas support sur mesure

Mise en seringue de l'insuline

Heures d'ouverture :

Lundi au mercredi : 9h à 18h

Jeudi au vendredi : 9h à 21h

Samedi : 9h à 17h

Dimanche : 14h à 16h

INFO-JEUNESSE

100/Limite

100/limite est un atelier, sous forme de jeu animé, pour les jeunes de 12 à 17 ans, les jeunes adultes et toutes autres clientèles vulnérables de contracter une I.T.S.S. ou le VIH/Sida.

Le jeu 100/limite vise à acquérir des connaissances et de renforcer la capacité du groupe rencontré, à négocier une santé sexuelle saine et sécuritaire 100/Limite. Les participants peuvent apprendre tout en s'amusant. Le jeu 100/limite est aussi un outil intéressant pour les intervenants, les parents ou autres qui ne se sentent pas tout à fait à l'aise d'aborder la sexualité avec les jeunes.

Un atelier 100/limite débute toujours par une courte période d'information. Ensuite, la période de jeu a lieu en présence de l'intervenante, qui rappelle les règles, certaines informations vues précédemment et qui encadre l'atelier.

Pour planifier un atelier 100/limite dans votre milieu ou pour obtenir un jeu, il suffit de communiquer avec nous.

Centre des R.O.S.É.S. de l'Abitibi-Témiscamingue
819-734-9111 ou 1-800-783-9002
www.centredesroses.org



*Tu veux prendre soin
de ta santé sexuelle?*

*Tu veux en connaître plus
sur les infections
transmises sexuellement?*

*100/Limite est un jeu sur
la santé sexuelle pour toi!*

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

FERABI INC.

Rémi Lantagne
Président

Tél. : 819 732-4328 • Téléc. : 819 732-8980
2186, route 111 Est, Amos (Québec) J9T 3A1
Courriel : ferabi@ferabi.com
Site web : www.ferabi.com

INFO-JEUNESSE

Ateliers de cuisine pour les jeunes de 10 à 17 ans à La Corne

Tu es âgé entre 10 et 17 ans et tu aimes manger? Si tu as répondu oui à ces deux questions, les ateliers du frère Toc sont pour toi!

Ces ateliers sont animés par une technicienne en diététique énergétique et dynamique, Audrey-Maude Trudel. Tu y apprendras tout ce qu'il faut savoir pour préparer une bonne bouffe. Les thèmes des ateliers sont variés et intéressants. Tu cuisineras toi-même avec les ingrédients apportés par l'animatrice, et tu pourras manger le repas que tu auras fait, directement sur place avec les autres jeunes.

Si tu es intéressé, inscris-toi de l'une des façons suivantes en nous donnant ton nom, ton âge et ton numéro de téléphone :

- Appelle à la municipalité au 819 799-3571;
- Envoie un message privé sur la page Facebook de la Municipalité;
- Envoie un courriel au adl.lacorne@cableamos.com

Les ateliers sont offerts à 17h, une fois par mois. Ils débuteront en octobre 2015 et se termineront en mars 2016. L'endroit et les dates restent à déterminer.

Il est nécessaire d'avoir plus de huit jeunes pour les offrir. Alors, viens avec tes amis, parce que te nourrir, tu feras ça toute ta vie. Et quand c'est bon, c'est bien mieux!



**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

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

Téléphone : 819-732-1698

Télécopieur : 819-732-7513

Site Internet : pelletiermartineauavocats.com

INFO-SCOLAIRE

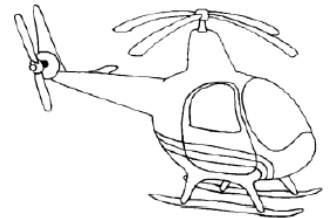
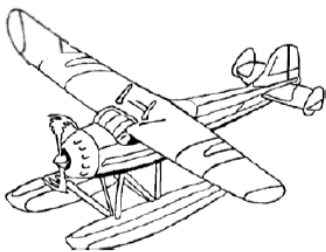
Des nouveaux modules pour la cour de l'école NDSC de St-Marc

Le 15 septembre dernier, des nouveaux modules de jeux ont été inaugurés dans la cour de l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur (NDSC) de St-Marc. Ces modules sont une gracieuseté des membres de l'organisme de participation de parents (OPP) ainsi que des représentants du comité retrouvailles des « *Baby-Boomers* ». Lors de l'inauguration en voyant les enfants à l'action sur les nouveaux modules, les représentants de ces deux groupes étaient très heureux de voir leurs efforts récompensés.



**TRAVAUX AÉROPORTÉS
AVION ET HÉLICOPTÈRE**

**NOUVEAU SERVICE DE FOREUSE
TYPE PROSPECTEUR CAPACITÉ
200 PI. 65 M. SUR CORE LTK48**



**Michel G. Drapeau
Michèle Roberge**

121, rue des Métiers, Amos
Téléphone : 819-732-5327

permis prospection no. : 18858

permis prospection no. : 19519

(Québec) J9T 4M4

— Télécopieur : 819-732-0290

INFO-PARENTS

Les ateliers du frère Toc en sont à leur 3^e année d'existence. Pour l'année 2014-2015, 24 ateliers ont eu lieu en alternance dans 5 milieux de la MRC, soit Barraute, La Motte, St-Mathieu-d'Harricana, Ste-Gertrude-Manneville et Guyenne. Plus de cinquante jeunes ont participé à ces rencontres. À la question qu'a posée l'animatrice aux jeunes à la fin de l'année : « Pourrais-tu cuisiner seul maintenant? », 99 % ont répondu oui!

Pour les prochaines années, une nouvelle cohorte de jeunes sera formée et les ateliers seront dispensés dans de nouvelles municipalités, dont La Corne si possible. Les ateliers du frère Toc sont une initiative de Mobilisation espoir jeunesse, en collaboration avec Énergie Famille pour un Québec en forme, qui offre la technicienne en diététique. Le coût de la nourriture est défrayé par Mobilisation espoir-jeunesse. **Les ateliers sont offerts gratuitement.**

Les **retombées sociales** de ce projet sont considérables! Le jeune aura acquis l'autonomie alimentaire et connu les impacts positifs d'une alimentation saine. De plus, les participants découvrent que travailler en groupe, préparer un souper en équipe avec des camarades, directement dans le milieu qui les unit, est valorisant et plus accessible qu'il n'y paraît. En cuisinant dans leur village, dans un contexte d'apprentissage, mais avec des amis de leur milieu, les ados pourront tisser des liens différents, et constater l'effet de cohésion d'un groupe. Ils partagent la même réalité, les mêmes objectifs. Il est fort à parier que ça fera partie de leurs bons souvenirs d'enfance au village!

Magella Guévin, agente de développement local,
Municipalité de La Corne

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL
FONDATIONS
RMG

COFFRAGE :

- DALLES
- SOLAGES
- TROTTOIRS
- BORDURES, ETC.

LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT

TÉL. : 819 727-1157
COURRIEL : info@fondationsrmg.com

Toujours à l'Agora de la Polyvalente de La Forêt, à 19h30. Gratuit!



Mercredi 4 novembre 2015

« La discipline au quotidien »

Un regard différent sur la vie avec mon jeune.

avec Madame Francine Bélair, présidente et associée de Réalité Thérapie Pro-Action

www.pro-action.ca

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.

Support aux aînés de l'Harricana



Un p'tit tour chez vous !

*Ateliers divers; jeux de mémoires,
chansons, exercices,
et plus encore!!!!*



Les prochaines rencontres :

Les jeudis 12 et 26

novembre à 13h30

au salon communautaire du HLM,

1, rue des Pionniers,

St-Marc-de-Figuery.

Venez me rencontrer!

*Pour plus d'info, contacter Sylvie
au 819-732-6696 poste 3163*



Travailleuse de milieu auprès des aînés

Caroline Brière

Ligne Info-Aînés

819-444-8873

travailmilieuaines@gmail.com

La Grande Ourse
Miellerie

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

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

Téléphone: 819-727-9823

Tabagie Agathe enr.

Revues - Journaux - Cadeaux - Souvenirs

Centre de validation



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

INFO-CULTURE

Exposition

Eh bien, dis donc! (Amos)

Diplômés et chargés de cours de l'UQAT



Eh bien, dis donc! Exposition co-produite par l'Association des centres d'exposition de l'Abitibi-Témiscamingue et l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue sous le co-commissariat de Gaétane Godbout et Carole Héroux. Pour la toute première fois, les artistes diplômés et les chargés de cours en arts visuels de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) sont regroupés dans une exposition visant à souligner la contribution du professeur Rock Lamothe dans le développement des arts visuels de notre région, et ce, depuis 35 ans. D'envergure, cette exposition se déploie dans les cinq centres d'exposition de l'Abitibi-Témiscamingue afin de présenter en simultanée près de 200 œuvres récentes réalisées par plus d'une centaine d'artistes. Cinq thématiques ont orienté la sélection des œuvres par centre. Pour sa part, le Centre d'exposition d'Amos accueille 22 artistes sous le thème DE LA NARRATION À LA FIGURATION : Le choix des signes visuels et leur mise en relation nous interpellent, ils nous donnent à voir de multiples associations qui parlent autrement de la vie... Les œuvres racontent sous toutes les formes qu'après tout, l'art c'est la vie. On y retrouve les œuvres de; Martin Beaugard, Virginia Pésémapéo-Bordeleau, Daniel Corbeil, Diane Desrochers, Marie-Eve Dubé, Linda Gagnon, Yvette Gelinas, Martin Guérin, Karine Hébert, Carol Kruger, Maryse Larouche, Louise Laurin, Marcelle LeMay, Diane Lemieux, Diane Lepage, Julie Mercier, Armande Ouellet, Anita Petitclerc, Janine Piché, Barbara Poirier, Anne Théberge et bien sûr Rock Lamothe.

L'exposition sera présentée jusqu'au 15 novembre 2015.

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.

Lieu :

Maison de la culture d'Amos

Centre d'archives, 222, 1re Avenue Est, Amos
(819) 732-6070

Prix :

Entrée libre

Contact :

Guillaume Trottier

societe.histoire@cableamos.com

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

Biftecks à l'ail et aux fines herbes

- 1 paquet de 454 g (16 oz) champignons, tranchés
- 1 oignon, tranché mince
- 5 ml (1 c. à thé) romarin ou thym frais, haché
- 125 ml (1/2 tasse) bouillon de bœuf faible en sodium

Marinade au romarin et à l'ail :

- 15 ml (1 c. à table) huile d'olive extra-vierge ou de canola
- 45 ml (3 c. à table) vinaigre de vin rouge ou de sherry
- 10 ml (2 c. À thé) moutarde de Dijon
- 2 gousses d'ail, émincées
- 10 ml (2 c. à thé) romarin ou thym frais, haché
- Pincée de poivre frais moulu
- 6 biftecks de surlonge minces, le gras découpé (environ 750 g ou 1 ½ lb)



Préparation

1. Marinade au romarin et à l'ail : Dans un plat peu profond, mélanger l'huile, le vinaigre, la moutarde, l'ail, le romarin et le poivre. Ajouter les biftecks et retourner pour bien enrober. Laisser reposer à température de la pièce pendant 10 minutes.
2. Entre-temps, vaporiser une poêle antiadhésive d'enduit à cuisson et cuire les champignons, les oignons et le romarin à feu moyen pendant environ 10 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres et qu'ils commencent à dorer. Ajouter le bouillon de bœuf en remuant afin de déglacer la casserole; réserver.
3. Placer les biftecks sur la grille supérieure préchauffée à feu moyen vif pendant environ 5 minutes en retournant à quelques reprises, ou jusqu'à ce qu'un soupçon de coloration rose subsiste.
4. Placer les biftecks dans chaque assiette et couvrir du mélange de champignons.

Temps de préparation :	10 min	<i>par portion</i>	• Lipides 9 g
Temps de macération :	10 min	• Calories 202	◦ Lipides saturés 3 g
Temps de cuisson:	15 min	• Protéines 24 g	◦ Cholesterol 50 mg
Donne :	6 portions	• Potassium 490 mg	• Sodium 96 mg

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



**Produits
Pétroliers
HARRICANA**

MICHEL FORTIN

Directeur général

SYLVAIN LAPOINTE

Propriétaire

511, rue Principale Sud

Amos (Amos) J9T 2J8

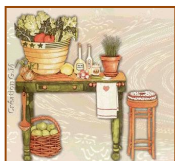
Internet : michelfortin@pph.qc.ca

Téléphone : 819-732-5334

1-800-263-5334

Télécopieur : 819-732-9848

Cellulaire : 819-727-6795



DE LA TERRE À LA TABLE

Du blé aux biscuits



1 million de tonnes de farine, sur les 5 produites chaque année, est utilisé par la biscuiterie et la biscotterie.

Du blé à la farine

Le moulin utilise aujourd'hui l'électricité pour fonctionner. Pour produire de la bonne farine, il faut du bon blé. Le laboratoire du moulin vérifie la qualité des grains dès leur arrivée. Il mesure la capacité de la farine à donner une pâte qui lèvera correctement. C'est le gluten contenu dans le grain de blé tendre qui donnera l'élasticité à la pâte.

Nettoyage et mouillage du grain

Dans un premier temps, les grains de blé sont nettoyés grâce à des machines : aspirateurs, tamis, trieurs... qui éliminent tout ce qui n'est pas du blé. Une fois propre le blé est mouillé.

Broyage

La transformation du blé tendre en farine est uniquement mécanique : c'est l'étape du **broyage**.

Une fois mouillés, les grains passent plusieurs fois entre de gros cylindres cannelés qui tournent en sens inverse. Les multiples passages dans ces cylindres aux cannelures de plus en plus fines permettent de séparer l'enveloppe et l'amande. Ils broient ainsi les grains de blé en fractions plus petites.



Il faut savoir qu'à chaque broyage, des tamis perfectionnés appelés planchisters **séparent les produits et les classent selon leur taille**.

Claquage

Une fois broyées, les semoules obtenues sont réduites à nouveau par des cylindres lisses afin de les broyer encore plus finement. C'est l'étape du **claquage**.

Convertissage

C'est l'ultime opération de passages dans une série de cylindres lisses pour obtenir des produits fins jusqu'à la farine.

Le saviez-vous ?

Pour être parfaitement écrasé et que le maximum de farine soit récupéré, le grain doit passer de 14 à 19 fois entre les broyeurs.

La farine doit ensuite se « reposer » pour qu'elle se stabilise avant d'être envoyée chez un boulanger.

Ensachage

Une fois prête la farine est mise en sac (sac de 20 kg) c'est ce qu'on appelle **l'ensachage**. La farine peut donc alors partir en boulangerie ou en biscuiterie.

Source : <http://www.passioncereales.fr/dossier-thematique/du-bl%C3%A9-aux-biscuits>



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

Martin Roch

Préfet

m.roch@martinroch.com

Municipalité Régionale de Comté d'Abitibi

571, 1^{ère} Rue Est, Amos (Québec) J9T 2H3

Tél. : 819-732-5356 - Fax : 819-732-9607

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

mrc@mrcabitibi.qc.ca

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.

Avec l'automne souvent les orages... vous voulez savoir :
Quelle distance la foudre à frapper par rapport à où vous êtes :
«Où est la foudre»

Petit jeu intéressant pour passer le temps qui met à l'épreuve vos réflexes:
«AA2»

Pour l'automne, de super beau fond d'écran :
«fonds d'écran d'automne 4k»

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

St-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

VOICI LE RÉSULTAT DU TIRAGE POUR LA PARTICIPATION DU CONCOURS DE PHOTOS ESTIVALES : LA GAGNANTE EST MADEMOISELLE MÉLISSA DORVAL

Voici la merveille Saint-Marcoise que Mélissa nous a partagée. Ses amours de chats !



EG Informatique Dépannage & réparation



EG Informatique
819-218-2985
www.eg-info.ca



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 NOUVELLES

Avis aux motoneigistes

Au moment d'écrire ces lignes, nous venons de voir nos premiers flocons de neige nous tomber sur la tête. Pour plusieurs d'entre vous, cela vous fait sûrement penser à vos premières randonnées de motoneige.

Peut-être avez-vous remarqué qu'il y a des céréales qui poussent dans les champs longeant la Route 111 en face de la Miellerie la Grande Ourse. Nous avons semé du blé d'automne à la mi-août qui passera l'hiver et dès que la neige sera fondue, il se remettra à pousser. Par contre, il faut s'assurer qu'il y a une bonne survie à l'hiver. **C'est pourquoi en cet hiver 2015-16, nous voulons vous avertir que nous baliserons une voie de passage pour les motoneiges dont l'accès est par la rue de la Caserne qui par la suite longera le cimetière.** Depuis plusieurs années déjà, ces champs servent d'autoroutes aux adeptes de motoneiges pour aller faire leurs activités hivernales. **Nous sommes conscients de l'importance sociale économique qu'apporte cette activité et c'est pourquoi nous vous laissons un droit de passage, mais seulement à l'endroit prévu à cette fin.** Il en va de la survie des cultures mises en place puisque le passage des motoneiges fait descendre la gelée et crée des zones de glace qui étoufferont le blé.



Les avantages des céréales d'automne.

Les cultures d'automne gagnent en popularité au Québec et sont très populaires en Europe. Il y a plusieurs sortes de disponible : blé, orge, avoine, triticales, seigle et canola d'automne. Ce n'est pas encore dans nos traditions de faire des semis d'automne et ça s'explique en partie que le producteur prend le risque seul puisqu'il n'y a aucune assurance qui couvre la survie à l'hiver. Il y a par contre plusieurs avantages; elles offrent un potentiel de rendement d'au moins 20% supérieur aux céréales de printemps. Elles sont beaucoup moins touchées par la fusariose, un champignon qui baisse le rendement et décline la récolte qui doit être vendue à l'alimentation animale plutôt qu'à l'alimentation humaine qui est plus lucrative.

En plus, elles réduisent l'utilisation de pesticide dû à sa meilleure tolérance aux champignons, mais aussi, puisqu'elles couvriront le sol très rapidement au printemps, laissant peu de place aux mauvaises herbes. Elles réduisent la charge de travail des producteurs au printemps puisque les superficies en culture automnale n'auront pas à être ensemencées. En plus, elles agissent comme plantes de couvertures qui protègent nos sols contre l'érosion et le lessivage printanier qui sont une des causes des algues bleues dans nos lacs et rivières.

Voilà pourquoi, nous vous demandons de respecter la voie de passage indiquée sur la page précédente (*ligne blanche avec des flèches superposées*) et de toujours garder en tête qu'en dessous de la neige, il y a toujours quelque chose qui vit dans nos champs puisque d'autres cultures, comme les légumineuses, dans les champs de foin peuvent mourir par le passage de vos machines. L'agriculture est la troisième activité économique en importance dans notre région après les mines et la forêt. **Ayez toujours en tête que c'est un privilège de pouvoir circuler dans les champs et non un droit.**

Merci

Katie Rouillard et Maxime St-Laurent pour la Ferme Lauka Holstein



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



PARE-BRISÉS VITOP EXPRESS

Jaclyn Bérubé - Division Abitibi

RÉPARATION DE PARE-BRISÉS À DOMICILE

+1 (819) 442-0307

●
jaclyn.berube@vitop-express.com

SECTION DES NOUVELLES VOICI EN IMAGES LES ACTIVITÉS DU CIRCUIT AGROTOURISTIQUE DE LA SAISON 2015 !



Le Circuit agro-touristique de Saint-Marc-de Figuiery...

C'est découvrir une partie de l'histoire du village et les gens qui sont venus l'habiter par la visite de la Boutique de Forge et le Musée de la Poste.



C'est apprendre, entre autres, comment entretenir les sabots d'un cheval avec Sylvain Soumis qui est accompagné de son fidèle ami, le chien Brutus, qui adore les enfants. C'est comprendre comment est fabriqué un four à pain extérieur. C'est s'instruire sur qui vient en premier l'œuf ou la poule ?



C'est observer le merveilleux monde de l'abeille et l'importance de son travail dans le cycle de la vie des hommes.



C'est connaître la vie sur une ferme avec Katie Rouillard et ses enfants et/ou Diane Laverdière, ils nous permettent de constater l'importance des produits laitiers dans notre assiette.

C'est aussi faire une courte pause pour le repas aux infrastructures municipales avant de retourner s'amuser.

**C'est vivre des expériences !
C'est partager des moments avec
des gens passionnés !**



À l'occasion, Luka doit choisir un bon endroit pour être à la hauteur de la situation.

**Merci à nos promoteurs
qui accueillent et
transmettent leurs connaissances
et savoirs.**



**Merci aux visiteurs
qui se laissent guider
dans l'expérience
St-Marois !**

SECTION DES NOUVELLES

Atelier de bricolage

Dès mercredi le 28 octobre prochain et tous les autres mercredis suivants jusqu'au 25 novembre inclusivement, il y aura des ateliers de bricolage dans la salle multifonctions du 2^e étage de l'édifice municipal de Saint-Marc-de-Figuery.

Pour débiter, nous apprendrons à faire des cartes en 3D, ainsi que des cartes brodées. Comme Noël s'en vient nous pourrions axer sur ce thème ou autre si vous désirez.

Pour faire les cartes 3D, il y aura sur place des modèles que vous pourrez acheter pour ce cours et d'autres que vous pourrez commander pour les prochains mercredis.

Pour les cartes brodées, un premier modèle vous sera fourni, ainsi que le reste du matériel autant pour les cartes brodées que pour les cartes 3D. Venez partager la passion de bricoler... et plein d'autres projets à venir également.

Donc au plaisir de vous voir le 28 octobre prochain à 19 h.

****** Chaque mercredi, veuillez prévoir un petit 5 \$, afin de dédommager celle qui donnera les ateliers, afin de lui permettre de couvrir certains frais comme l'essence, peel-off, cartons, etc.

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

Lucie Rivard
819 732-2433



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 NOUVELLES

LES ATELIERS 0 – 5 ANS

Une participation progressive!



À la défense des régions



Le NPD a une vision concrète pour l'avenir de nos régions, qui prévoit entre autres de rétablir l'assurance-emploi et de favoriser l'achat local.

Christine Moore

Députée d'Abitibi-Témiscamingue
33-A, rue Gamble Ouest, bureau RC-15
Rouyn-Noranda, QC J9X 2R3
www.christinemoore.npd.ca
christine.moore@parl.gc.ca

1 800 567-6433



Le 20 octobre dernier, ce sont des parents et enfants de 8 familles qui sont venus rencontrer Madame Frédérique Jehasse, Orthophoniste. Pendant que les parents recevaient de l'information sur les problématiques de langage chez les enfants, ceux-ci, faisaient de nouveaux apprentissages avec Mesdames Chantale Poliquin et Josée Chouinard. Parents et enfants de 0 à 5 ans sont les bienvenus à se joindre aux activités, voir l'horaire dans une des pages suivantes ainsi que dans le calendrier mensuel.





SECTION DES NOUVELLES

CONCOURS de PHOTOS



Dans une perspective de reconnaître ce que nous avons de beau et de démontrer que des améliorations sont toujours à faire, l'instance municipale lance un concours de prises de photos auprès de la population Saint-Marcoise.

Voici les objectifs de ce concours:

- Faire participer les citoyens afin de constituer une banque de photos du territoire Saint-Marcois qui sera utilisée par exemple dans :
Le journal, le site Internet, les publications promotionnelles tant au niveau des événements que de la nouvelle locale, la décoration des locaux municipaux, etc.
- Augmenter les actions citoyennes dans la mise en valeur de leurs propriétés ce qui touche directement le sentiment d'appartenance et la fierté locale.

Faites-nous découvrir vos merveilles, Saint-Marcoise. Démontrez-nous vos beautés locales. Partagez vos découvertes. Contribuez aux changements. Participez à la mise en valeur de votre municipalité. Montrez-nous les meilleures raisons de vivre à Saint-Marc-de-Figuery. Démontrez-nous ce qui pourrait être amélioré à Saint-Marc-de-Figuery. Qu'est-ce qui t'épate ?

Modalités :

Concours étalé sur les 4 saisons (février à décembre 2015)	Échéanciers de réception des photos :	Faire parvenir la ou les photos avec l'annotation « Concours de photos », avec vos coordonnées : Nom, Prénom, adresse, numéro de téléphone.
Photo électronique en format .JPEG	27 novembre 2015: photos d'automne	Par courriel à l'adresse suivante : mun.stmarc@cablamos.com
La ou les photos peuvent être accompagnées d'un texte.	La municipalité s'engage que lors de l'utilisation d'une photo le nom de l'auteur sera inscrit.	Par la poste par clé USB : Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery 10, avenue Michaud C.P. 12, St-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0
Tirage d'un prix de participation après chacune des dates d'échéance.	Type de photos variées:	
Présentation de l'ensemble des photos lors d'un événement dont la date sera fixée ultérieurement.	- Paysages - Bâtiments - Activités - Personnes - Événements - Propriétés	
Un article dans le journal local sera publié à chaque échéancier et mentionner le gagnant (e) du tirage avec la ou les photos prises par cette personne.		

Esthétique Nancy Harvey
Le bien-être de votre peau

Nancy Harvey
Esthéticienne Médicale

Sur rendez-vous
(819) 727-1960

Esthétique Nancy Harvey *Produits Haut de gamme*

Facial personnalisé :
acné, rosacée, raffermissement

Soin du buste

Soin amincissement/cellulite

Traitement aux algues

Massage cou, visage et cuir chevelu

Maquillage

Épilation

Manucure/Pédicure

**SECTION DES COMMUNIQUÉS
INVITATION**

**SOUPER ANIMÉ EN COMPAGNIE DES
FRÈRES MOREAU**

**PAR DU CHANT ET DE LA DANSE
DÉGUSTATION DE BIÈRES et SAUCISSES
SUIVI D'UNE SOIRÉE DANSANTE**

7 novembre 2015

Salle Mgr Duchemin de St-Marc-de-Figuery

Accueil à compter de 17h30

Coût : 22 \$/personne



***Ceci comprend la dégustation des bières de la Microbrasserie Le
Prospecteur de Val-d'Or au cours du repas.***

***Les variétés de saucisses proviennent du Grenier des Saveurs de
Val-d'Or et les accompagnements seront confectionnés par des gens
d'ici. Le repas 5 services se terminera par un dessert surprise.***



Suggestions : Invitez vos amis (tables de 10 à 12 personnes).

Réservez votre table en appelant au 819-732-8501

Points de vente : C.D. Boutin

Bureau municipal

Seulement 120 places de disponibles



* Activité patin *

6 novembre de 18 h à 19 h
Au Complexe sportif d'Amos
La patinoire sera réservée
exclusivement pour cette
activité !



Stéphanie Bouchard,
ancienne patineuse sera
présente pour enseigner les
bases du patinage !



Activité gratuite et offerte par

Table locale sur l'accueil
et l'intégration des
nouveaux arrivants et des
personnes immigrantes
de la MRC d'Abitibi



TOUJOURS LÀ POUR VOUS

Yann Audette

Conseiller service aux particuliers
819 732-5348, #232

Succursale

1, 1^{ère} avenue Ouest
Amos, Québec

C'EST
MAINTENANT
LE MOMENT.



BANQUE
LAURENTIENNE

SECTION DES COMMUNIQUÉS

CHORALE

Nous voilà déjà à penser à la chorale de Noël !

Nous aimerions vous inviter à vous joindre à nous, à venir partager l'énergie qui se dégage du groupe, du fait, de chanter, des échanges, etc., c'est très énergisant et valorisant à la fois.

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



Rien de tel que de l'essayer, alors si vous avez le goût donnez-moi un petit coup de fil et nous pourrons échanger sur ce que c'est vraiment, ce que ça comporte en temps et tout ce que vous avez comme questionnement bien sûr. Comme on dit souvent, ça ne prend que votre sourire et votre bonne humeur...

Lucie Rivard
Responsable et chef de chœur
819 732-2433



**DES TRANSACTIONS
24 H SUR 24
POUR VINCENT**



Turcotte

PAPA OCCUPÉ

**EN TOUT TEMPS, EFFECTUEZ
VOS TRANSACTIONS
FINANCIÈRES COURANTES:**

- par AccèsD: desjardins.com
- par AccèsD téléphone: 1 800 CAISSES
- aux guichets automatiques
- sur votre mobile: m.desjardins.com

Pour nous joindre: 819 732-3327



Desjardins
Caisse d'Amos

Coopérer pour créer l'avenir



SECTION DES COMMUNIQUÉS



Informations :

Chantal Poliquin : 819-727-2054

animatricedesmilieux@hotmail.com

Karine Normand : 819-443-2150

Coordo.tef@outlook.fr

Besoin d'un transport

Pascal Gagnon-Audet

Travailleuse de milieu

819-442-0391

Objectifs des ateliers :

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

NOVEMBRE

Le 3 : moteur

Le 17 : langage

DÉCEMBRE

Le 1^{er} : moteur

*avec Madame Maude Bouchard,
Kinésiologue*

Le 15 : langage

10, avenue Michaud



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

A wide-angle photograph of a lush green field, possibly a meadow or a crop field, stretching to a flat horizon. The sky above is a deep, clear blue, populated by numerous small, fluffy white clouds. The lighting is bright and even, suggesting a sunny day. The overall composition is simple and serene, emphasizing the natural beauty of the landscape.

Support aux aînés de l'Harricana
vous offre maintenant «La bouffée d'air»,
un programme de répit (jour, soir ou fin de semaine)
pour proches aidants d'aînés
en perte d'autonomie vivant à domicile.

Un montant de 5\$ par période de répit est demandé...
Pour prendre une bouffée d'air!

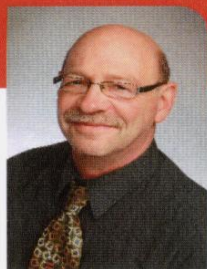
ÇA VOUS INTÉRESSE!

Lieu : salle Mgr Duchemin
 St-Marc-de-Figuery

Jour & heure : Mardi à 19 h 30



Pour des informations, contactez : Joanie Boutin au 819-442-1782



Franchisé indépendant et Autonome

ROYAL LEPAGE
www.royallepage.ca

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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

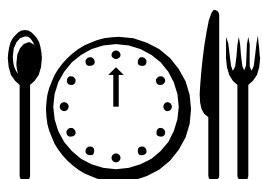
Brunch bingo-dindes



Salle Mgr Duchemin
à Saint-Marc-de-Figuery

Dimanche le 29 novembre 2015

Messe à 9 h 30



Brunch à 11 h 00

Prix pour le brunch 13 ans et plus: 10,00 \$
6 à 12 ans: 5,00 \$
0 à 5 ans: *gratuit*

Bingo-dindes à 13 h 00



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

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

Merci à tous nos commanditaires

*Fabrique de la paroisse de
Saint-Marc-de-Figuery*

Les marguilliers



**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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

L'HEURE DU CONTE DE NOËL



Mercredi le 16 décembre 2015, accompagnés d'un adulte, tous les enfants de 11 ans et moins sont conviés à assister à une activité inoubliable à l'occasion de la fête de Noël.

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

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

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

Afin de prévoir de petites friandises et de **demandeur au Père Noël une surprise pour chacun de vous**, il est nécessaire de confirmer votre présence **avant le 9 décembre 2015 et joindre une contribution financière de 4,00 \$ par enfant**. Compléter le coupon ci-dessous et venir le déposer ou l'expédier par la poste avec la mention «l'Heure du Conte» au : 10, avenue Michaud, C.P. 12, St-Marc-de-Figuery.



Pour plus d'informations,
contacter Jocelyne Bilodeau au 732-8501.
Merci et à bientôt les amis !



**DÉCOUPE ET COMPLÈTE LE COUPON,
LES LUTINS DU PÈRE NOËL L'ATTENDE IMPATIEMMENT.**

Nom : _____

Prénom : _____

Âge : _____

Numéro de téléphone : _____

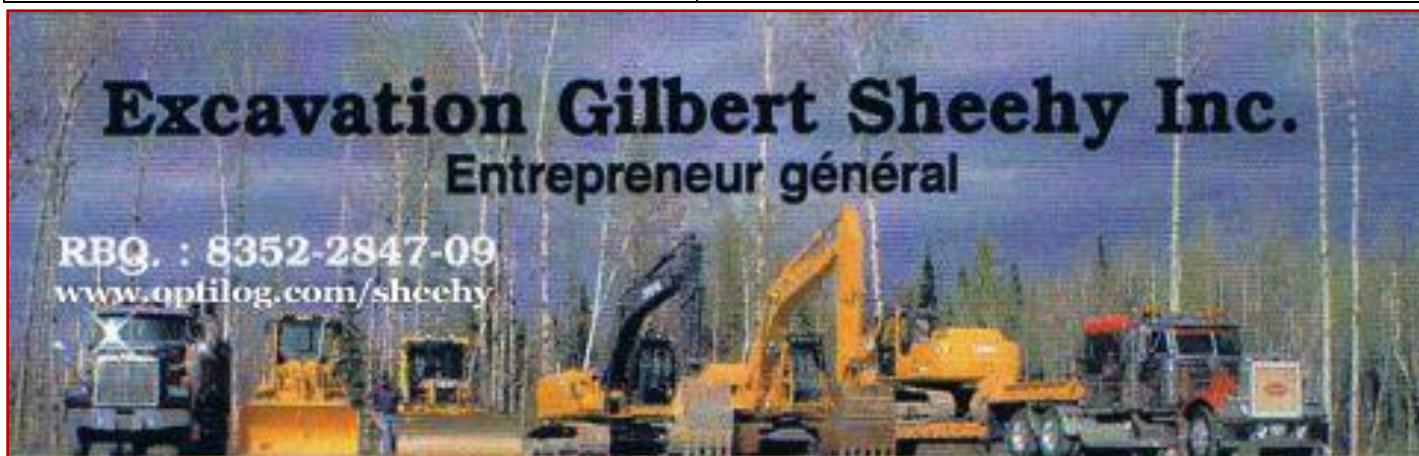
Nom de l'un des parents : _____

**N'oubliez pas
la contribution
financière de
4,00 \$**

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Offrir un environnement conçu en fonction des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer durant la Semaine nationale de la sécurité des aînés du 6 au 12 novembre
Conseils de sécurité

- Vérifiez régulièrement le bon état de marche des extincteurs d'incendie, des détecteurs de fumée et des détecteurs de monoxyde de carbone.
- Utilisez des appareils ménagers munis d'un dispositif d'arrêt automatique et rangez-les loin des éviers et autres sources d'eau.
- Installez des verrous et des couvre-poignées de porte à l'épreuve des enfants sur les tiroirs et les armoires contenant des objets dangereux tels des couteaux, des liquides de nettoyage et des appareils électriques.
- Rangez en lieu sûr le matériel dangereux comme les grills, les tondeuses à gazon, les outils électriques, les couteaux et les armes à feu.
- Gardez sous clé tous les endroits à risque ou couvrez les portes ou les serrures pour les camoufler. Déplacez les serrures vers le haut ou le bas des portes pour qu'elles soient moins évidentes.
- Enlevez les serrures des salles de bains et des chambres à coucher pour que l'intéressé ne puisse pas s'enfermer de l'intérieur.
- Si vous craignez que la personne n'utilise la cuisinière, cachez le robinet d'arrêt du gaz ou installez un disjoncteur qui empêche de l'allumer. Vous pourriez également enlever les boutons de commande.
- Enlevez toutes les plantes toxiques ou fruits décoratifs que l'intéressé pourrait essayer de manger par erreur.
- Ne laissez pas les médicaments ou autres substances dans des endroits faciles d'accès comme la table de la cuisine ou les comptoirs, par exemple, y compris les vitamines et médicaments délivrés sous ordonnance. Même le sucre, les succédanés du sucre ou les assaisonnements peuvent être dangereux. Gardez les médicaments sous clé.
- Surveillez la personne lorsqu'elle fume ou boit, car le tabac et l'alcool peuvent avoir des effets secondaires dangereux et interagir avec certains médicaments. Surveillez toujours l'intéressé s'il fume, car il pourrait oublier une cigarette et causer un incendie.
- Vérifiez la température de l'eau et des aliments, car l'intéressé pourrait se brûler si l'eau du bain ou si les aliments sont trop chauds.
- Installez des équipements de sécurité dans la salle de bains, comme des barres d'appui, par exemple, pour prévenir les chutes.
- Posez des collants antidérapants sur les surfaces glissantes comme les sols carrelés et les petits tapis. Ou enlevez-les carrément.
- Utilisez des couleurs contrastantes pour lui permettre de mieux voir les marches et seuils. Évitez les tapis de couleur sombre parce qu'ils pourraient donner l'impression d'un trou.
- Installez un bon éclairage dans les entrées et les paliers à l'extérieur, entre deux pièces, dans les escaliers et dans les salles de bains.
- Gardez à portée de main les numéros de téléphone en cas d'urgence.
- Souvenez-vous que l'intéressé ne reconnaît peut-être plus la signification de certains symboles comme une tête de mort ou les mots « toxique » ou « poison ».
- Consultez un ergothérapeute pour obtenir d'autres conseils de sécurité et pour adapter la maison afin d'en faire un endroit aussi sûr et agréable que possible.
- Certains endroits peuvent être plus dangereux que d'autres. Faites tout particulièrement attention aux garages, aux espaces de travail, aux sous-sols et aux espaces extérieurs.



Excavation Gilbert Sheehy Inc.
Entrepreneur général

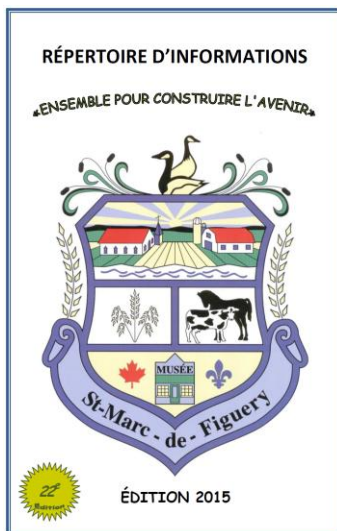
RBQ. : 8352-2847-09
www.qptilog.com/sheehy

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

MISE À JOUR DU RÉPERTOIRE D'INFORMATIONS



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

Il est distribué dans toutes les résidences et entreprises de la municipalité, aux organismes locaux, aux municipalités et aux organismes d'aides de la région de l'Harricana ainsi qu'aux visiteurs de passage qui veulent plus d'information sur notre municipalité. De plus, les données de ce répertoire seront disponibles sur le site internet de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery.

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

S'il vous plaît, remplir et retourner votre formulaire au plus tard **le 29 novembre 2015**, à l'adresse suivante :
Bureau Municipal du 10, avenue Michaud, C.P. 12, Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter Jocelyne Bilodeau au 819-732-8501.



FORMULAIRE DE TRANSMISSION D'INFORMATIONS

Raison sociale : _____

Nom, Prénom : _____
(du propriétaire)

Adresse : _____

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

Type et/ou description des activités : _____

SECTION DES COMMUNIQUÉS

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

BUREAU MUNICIPAL

819-732-8501

*certaines conditions s'appliquent



**Découpe à forfait
Vente de boeuf**

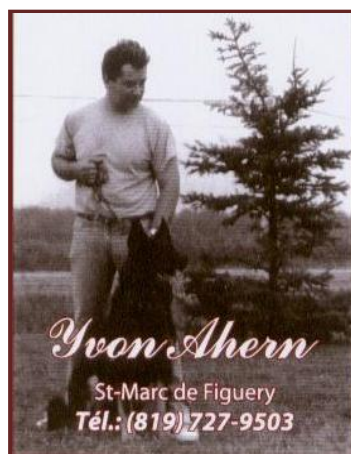
Tel/fax : 819 732-8395

Cell. : 819 444-6512

**Simon Cloutier
Chantal Rose**

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

simon34clou@hotmail.com



*Chenil
Canin Select enr.*

- Dressage
- Pension pour chien
- Nourriture
- Accessoires

Yvon Ahern

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

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

TÉLÉPHONE / TÉLÉCOPIEUR
819 727-9661
ebenisterie.r.n@cablenet.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

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

VOTRE PROJET, NOTRE FIERTÉ

401, ROUTE 111 EST C.P. 75, SAINT-MARC-DE-FIGUERY (QC) J0Y 1J0

SECTION DES COMMUNIQUÉS

UN CADEAU UNIQUE

Pour Noël, aidez un de vos proches à arrêter de fumer en lui offrant une carte-cadeau Vapo-T*!



ÉCONOMIQUE
ÉCOLOGIQUE
UNIQUE

*Disponible dès maintenant en magasin



Vapo-T

La solution de
rechange #1 au tabac!

Place Centre-Ville D'Amos
82, 1er Avenue E, Amos, Qc, J9T 4B2
819-732-8276 (VAPO)

E-CIGARETTE
E-LIQUIDE
KITS DE DÉPART



Bar à saveur **GRATUIT!**



Protégez vos placements

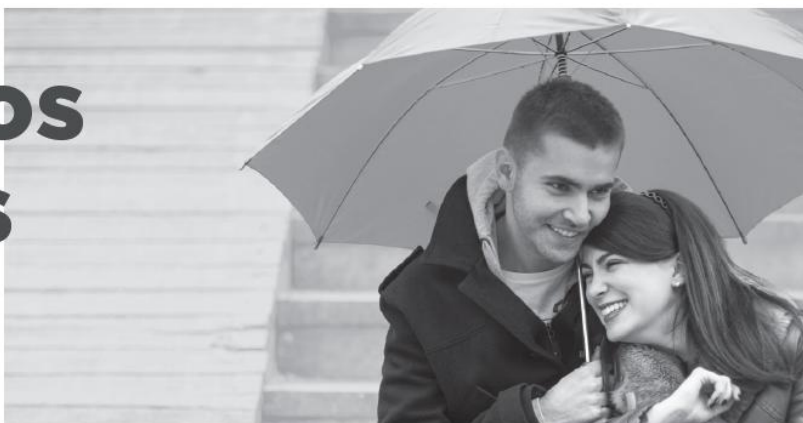
Votre conseiller compose avec vous un plan d'épargne qui respecte vos attentes et protège vos avoirs.

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

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

* Cabinet de services financiers

iA
Groupe financier



Steve Labbé

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

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



ASSOCIATION
PANDA
ABITIBI-OUEST

VOUS INVITENT À UNE

Conférence

GRATUIT membre
5\$ non-membre

« Introduction et survol du TDAH »

Samedi, le 5 décembre 2015

14 h 00 à 17 h 00

Maison de la culture d'Amos (bibliothèque)

222, 1^{re} Avenue Est Amos (Qc) J9T 1H3

*Une contribution volontaire
serait appréciée !*



ORTHOPÉDAGOGUE, CONFÉRENCIÈRE

Marie-France Maisonneuve

Présidente, Directrice-générale de la Clinique
d'apprentissage spécialisée en Outaouais

Cette conférence est pour :

- ❖ Éducateurs, éducatrices en CPE
- ❖ Professeurs de tout niveau d'étude
- ❖ Psychoéducateurs, psychoéducatrices
- ❖ Intervenants, intervenantes en santé mentale
- ❖ Travailleurs sociales, travailleuses sociales
- ❖ Professionnels, professionnelles de la santé
- ❖ Parents ayant un ou des enfants TDAH éprouvants ou non des difficultés scolaires

*J'ai besoin
d'aide !*



*Inscription obligatoire au 819-333-8190,
Facebook de l'Association PANDA
ou par courriel à
pandaabitibiouest@gmail.com*



**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.

LÀ OÙ L'EXPÉRIENCE FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE !

SECTION DES COMMUNIQUÉS

La SADC Harricana et ses mentors reconnus pour leur dévouement entrepreneurial

C'est avec fierté que la SADC Harricana et deux de ses mentors bénévoles ont reçu, le 29 septembre dernier à Drummondville, les hommages du Réseau M de la Fondation de l'entrepreneurship visant à reconnaître leur contribution au rayonnement du mentorat pour entrepreneurs dans leur milieu. À titre de membre du Réseau M, la SADC s'est vu décerner le Prix M-Région pour souligner son dynamisme entrepreneurial en Abitibi-Témiscamingue, lors que deux de ses mentors ont reçu la certification Diamant, la plus haute reconnaissance décernée aux mentors du Réseau M.

Ces prix ont été décernés lors de la 16^e édition du Rendez-vous annuel du mentorat pour entrepreneurs de la Fondation de l'entrepreneurship qui a eu lieu à Drummondville les 29 et 30 septembre derniers sous le thème «Réseau M = au coeur du succès des entrepreneurs!». L'événement qui se tient chaque année vise à reconnaître le dévouement des acteurs du Réseau M et à rendre hommage à ses bénévoles exceptionnels.

La certification Diamant, plus haute reconnaissance décernée aux mentors du Réseau M, a été remise à Mme Suzanne Blais et à M. Bernard Deshaies, tous deux mentors à la Cellule de mentorat Harricana. À titre de mentore, Mme Blaisa accompagné plus d'une dizaine d'entrepreneurs et agit comme chef mentore de la Cellule de mentorat Harricana depuis 10 ans. Elle a été présidente du conseil régional de mentorat de l'Abitibi-Témiscamingue durant 4 ans et a d'ailleurs participé à la fondation de ce dernier, en plus d'avoir participé au conseil national du Réseau M et à de nombreux sous-comités à l'échelle nationale. Monsieur Deshaies a lui aussi accompagné plus d'une dizaine d'entrepreneurs à titre de mentor à la Cellule de mentorat Harricana depuis 8 ans. Il est formateur régional, vice-président du conseil régional de mentorat de l'Abitibi-Témiscamingue et participe à des sous-comités à l'échelle nationale.

Le Prix M-Région a été remis à la SADC Harricana pour souligner le dynamisme entrepreneurial en Abitibi-Témiscamingue de sa Cellule de mentorat Harricana et de son équipe de mentors bénévoles qui oeuvrent à l'accompagnement d'entrepreneurs du territoire depuis près de 15 ans. La Cellule de mentorat Harricana compte présentement une équipe de 7 mentors prêts à accompagner de façon bénévole des entrepreneurs qui souhaitent devenir de meilleurs entrepreneurs. Ces mentors sont des gens d'affaires expérimentés, soigneusement sélectionnés, généreux de leur temps et compétences, et qui se sentent interpellés par la santé et le développement économique de la région. Ils accompagnent actuellement 15 entrepreneurs et aident à la consolidation de près de 80 emplois.

Source et renseignements:

Sonia De Longchamp
Coordonnatrice entrepreneuriat et communications,
819-732-8311, poste 27



Entourant M. Pierre Beauchemin, président de la SADC Harricana, Mme Suzanne Blais et M. Bernard Deshaies, respectivement chef-mentore et mentor à la Cellule de mentorat Harricana, ont reçu la certification Diamant, soit la plus haute reconnaissance décernée aux mentors du Réseau M, lors du souper gala reconnaissance tenu à Drummondville le 29 septembre dernier. Ils ont accompagné chacun plus d'une dizaine d'entrepreneurs. La SADC Harricana a quant à elle été décernée lauréate 2015 du Prix M- Région pour l'Abitibi-Témiscamingue.



Le mentorat pour entrepreneurs pour aller plus loin, plus rapidement.

Le réseau M, mentorat pour entrepreneurs de la Fondation de l'entrepreneurship est disponible dans toutes les régions. Il accélère le développement des entrepreneurs, permet de doubler le taux de survie de leur entreprise et de favoriser la croissance de celle-ci.

Ce programme de haut calibre est destiné à tous les secteurs d'activité économique, à tous les entrepreneurs et disponible pour tous les stades de croissance d'une entreprise existante.

D'entrepreneur à entrepreneur

Votre mentor certifié saura partager son expérience, stimuler votre réflexion et vous amener à prendre du recul pour que vous preniez les meilleures décisions pour vous et votre entreprise.



Sonia De Longchamp
Coordonnatrice mentorat
Contact: 80 documents

Pour informations ou vous inscrire : SADC Harricana au 550, 1^{re} Avenue Ouest à Amos / 819.732.8311 / sadc@sadc-harricana.qc.ca

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Découvrez la Chasse !

11 novembre 2015

à 19h00



- * Les coûts
- * Les différentes chasses
- * Le calendrier du chasseur
- * Lois et réglementation
- * Les animaux de nos forêts

Au Centre de
formation professionnelle
École de Foresterie

Inscription auprès de Gisèle : 819-732-8739

Atelier gratuit offert par :

Table locale sur l'accueil
et l'intégration des
nouveaux arrivants et des
personnes immigrantes
de la MRC d'Abitibi



Chasse et d'eau pure!
MRC d'Abitibi
Québec 2015

Découvrez la chasse !

11 novembre à 19h00
au Centre de formation professionnelle
Harricana - École de Foresterie



- * Les coûts
- * Calendrier du chasseur
- * Les différentes chasses
- * Lois et réglementation
- * Les animaux de nos forêts

Atelier gratuit offert par :

Table locale sur l'accueil
et l'intégration des
nouveaux arrivants et des
personnes immigrantes
de la MRC d'Abitibi



Chasse et d'eau pure!
MRC d'Abitibi
Québec 2015

NOUVEAU UNIQUE EN RÉGION! FOREUSE DE PUIITS SUR CHENILLE

LA CHENILLE

- ACCÈS DIFFICILE
- TERRAIN ACCIDENTÉ
- N'ENDOMMAGE PAS LES TERRAINS
- FOREUSE ALLÉGÉE, PLUS COMPACTE

DOUBLE ROTATION

- PERMET L'INSTALLATION DE CRÉPINE
- OFFRE UN SCELLEMENT AU ROC DE QUALITÉ SUPÉRIEUR
- SABOT D'ENFONCEMENT HD À BOUTONS DE CARBURE

FORAGE À ANGLE

- APPLICATION MINIÈRE
- FORAGE SPÉCIALISÉ

GROUPE
Puitbec

1-800-567-5829 • WWW.PUITBEC.COM

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



**PRODUIT
100%
QUÉBÉCOIS**

RÉALISÉ AVEC LA PARTICIPATION
D'ENTREPRISES LOCALES

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Invitation

Conférence « Mon avenir, ma retraite! »

L'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) de l'Abitibi-Témiscamingue, secteur Amos, a le plaisir de vous inviter à conférence interactive intitulée « Mon avenir, ma retraite! », la conférence traitera des défis de la retraite et de stratégies qui vous aideront à définir et à planifier vos projets en fonction de votre réalité, de vos forces et de vos limites.

Date : Mercredi 4 novembre 2015
Heure de la conférence : 10 h à 12 h.
Conférencier : Mario L'abbé, CEGEP Marie-Victorin
Lieu : Hôtel des Eskers (Salle contemporaine)
201, Avenue Authier Amos
Coût : Gratuit pour tous (sièges limités à 50)

Entre « tomber à la retraite » et « prendre sa retraite », différentes adaptations permettent de s'assurer de vivre pleinement cette étape de la vie. En participant à cette conférence, prenez conscience des passions qui s'éveillent en vous et qui donnent un sens à votre vie. BIENVENUE AU GRAND PUBLIC

Veuillez confirmer votre présence **avant le 1^{er} nov. 2015** en communiquant avec Denise Lapointe au 732-6311 ou Bibiane St-Pierre au 732-0894

ORDRE DU JOUR

1. Notre perception du vieillissement
2. Ce que signifie la retraite
3. LA RETRAITE : une question de vision
4. LA RETRAITE : des défis à relever
5. Un exemple inspirant (vidéo)
6. L'histoire de 4 retraités qui font face à différents défis
7. LA RETRAITE : une question d'équilibre
8. LA RETRAITE : une question d'attitude
9. La fierté de soi
10. La cassette de sa vie

Serge Sigouin
Président

Pavage de cour
• RÉSIDENTIEL
• COMMERCIAL
• INDUSTRIEL

**Service de balai
mécanique**

**PAVAGE
ABITIBI**
210, Route 109 Sud, St-Félix de Dalquier (Québec) J0Y 1G0
Service en Région
ST-FÉLIX 727-9622

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

Télécopieur : (819) 727-5950

SECTION DES COMMUNIQUÉS

HORAIRE – NOVEMBRE 2015

LOCAL DE SANTÉ

ST-MARC-DE-FIGUERY

*Près de chez vous
Avec vous !*



Infirmière : Guylaine Bisson

jeudi **5 novembre:**

- Prise de sang (8h30 à 9h30)
- Consultation au local de santé (9 h 30 à 11 h)
- Présence au village en avant-midi

jeudi **12 novembre:**

- Présence au village en avant-midi
- Consultation au local de santé (13 h à 15 h)

mercredi **25 novembre:**

- Vaccination antigrippale en après-midi

Intervenante sociale sur rendez-vous *

Annick Lagacé

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

LOCAL DE SANTÉ DE ST-MARC

10, AVENUE MICHAUD, 2^e ÉTAGE

Téléphone : 732-3271

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

lundi **2 novembre:** *Landrienne*

mardi **24 novembre:** *La Corne, salle Champagne*

**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

L'hiver au soleil? Aide-mémoire juridique pour planifier son envol

1 - Veiller à détenir un passeport valide tout au long du séjour

Il faut avoir un passeport valide pour quitter le Canada par avion.

Il est possible d'entrer aux États-Unis par voie maritime ou terrestre avec d'autres documents: un « permis de conduire Plus », par exemple. Mais attention, le passeport reste le document de voyage par excellence. Il permet de démontrer la citoyenneté canadienne du voyageur et son droit de retourner au Canada.

2 - Résidence: bien calculer la durée du séjour à l'étranger

La durée d'un séjour à l'étranger peut avoir des conséquences au Canada. Il faut résider au Québec **plus de la moitié** de l'année civile pour bénéficier du Régime d'assurance-maladie et du régime public de la Société d'assurance-automobile du Québec (SAAQ).

Les Canadiens ont le droit, en général, de séjourner aux États-Unis sans visa pour une durée limitée. Il est possible de faire des démarches pour prolonger cette durée. Mais informez-vous, car:

- ces règles peuvent changer;
- dans le cas d'un séjour prolongé, vous pourriez devoir payer des impôts aux États-Unis.

3 - Assurances: s'informer pour éviter les embarras juridiques

Un accrochage avec votre auto ou un problème de santé, même banal... Des problèmes de ce genre peuvent vous coûter cher à l'étranger et avoir **des conséquences juridiques** importantes. Il vaut donc mieux s'informer sur les assurances et faire les choix qui s'imposent avant de partir.

Santé: Prévoir une couverture complète

À l'étranger, les frais pour des soins hospitaliers ou une visite chez le médecin peuvent grimper rapidement. Le Régime d'assurance-maladie du Québec ne vous remboursera pas toujours en totalité. Il est donc important de connaître les limites de ce que couvre la RAMQ. Il est utile de prendre une assurance privée pour compléter celle de la RAMQ.

Conduire à l'étranger: Choisir une assurance sur mesure

Si vous êtes blessé lors d'un accident de la route en dehors du Québec, vous êtes couvert par le régime public de la SAAQ.

Maison et biens: Connaître les limites de son assurance habitation

Certaines assurances habitation prévoient des limites en cas d'absence prolongée. Il est utile de contacter son assureur avant de partir pour se munir d'une protection sur mesure.

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
Serge Bastien	Martine Corriveau	Sébastien Banville-Morin	Yves Richard
Michel Lantagne	Valérie St-Gelais	Catherine Pomerleau	Paméla Trottier-Poirier
	Claudine Bérubé	Annabelle Lefrançois	
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 dix (10) notaires à votre service



Novembre 2015



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	NOTE : Le 17 novembre : Réunion du Conseil de Fabrique, 19h				<i>Changement d'heure ►</i>	1  Messe 9h30 Catéchèse
2 Réunion publique du Conseil municipal, 19h30 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	3  Ateliers de stimulation parents-enfants 0-5 ans  Zumba 19 h 30 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	4  Biblio, 18h à 20h Bureau municipal ouvert de 8h à 20h	5 Services du CLSC : au 10 avenue Michaud: Prise de sang : 8h30 à 9h30 Consultation : 9h30 à 11h Présence à l'école en p.m. Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	6 Bureau municipal fermé	7 DÉGUSTATION BIÈRES ET SAUCISSES 17H30 Salle Mgr Duchemin	8  Messe 9h30
9 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	10  Zumba 19 h 30 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	11  Biblio, 18h à 20h Bureau municipal ouvert de 8h à 20h	12 Services du CLSC : au 10 avenue Michaud : Présence au village en a.m. Consultation : 13h à 15h Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	13 Bureau municipal fermé	14 	15  Messe 9h30 Catéchèse
16 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	17  Ateliers de stimulation parents-enfants 0-5 ans  Zumba 19 h 30 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	18  Biblio, 18h à 20h Bureau municipal ouvert de 8h à 20h	19 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	20 Bureau municipal fermé	21 	22  Messe 9h30
23 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	24 Tombée des textes journal  Zumba 19 h 30 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	25  Services du CLSC : au 10 avenue Michaud : Vaccination antigrippale en p.m. Biblio, 18h à 20h Bureau municipal ouvert de 8h à 20h	26 Bureau municipal ouvert de 8h à 16h	27 Bureau municipal fermé	28 	29  Messe 9h30 Catéchèse
30 Sortie du journal Bureau municipal ouvert de 8h à 16h						



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
Fabrinnord Ltée*



Équipement Amos Ltée

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

Téléphone : (819) 732-3333 Télécopieur : (819) 732-1669

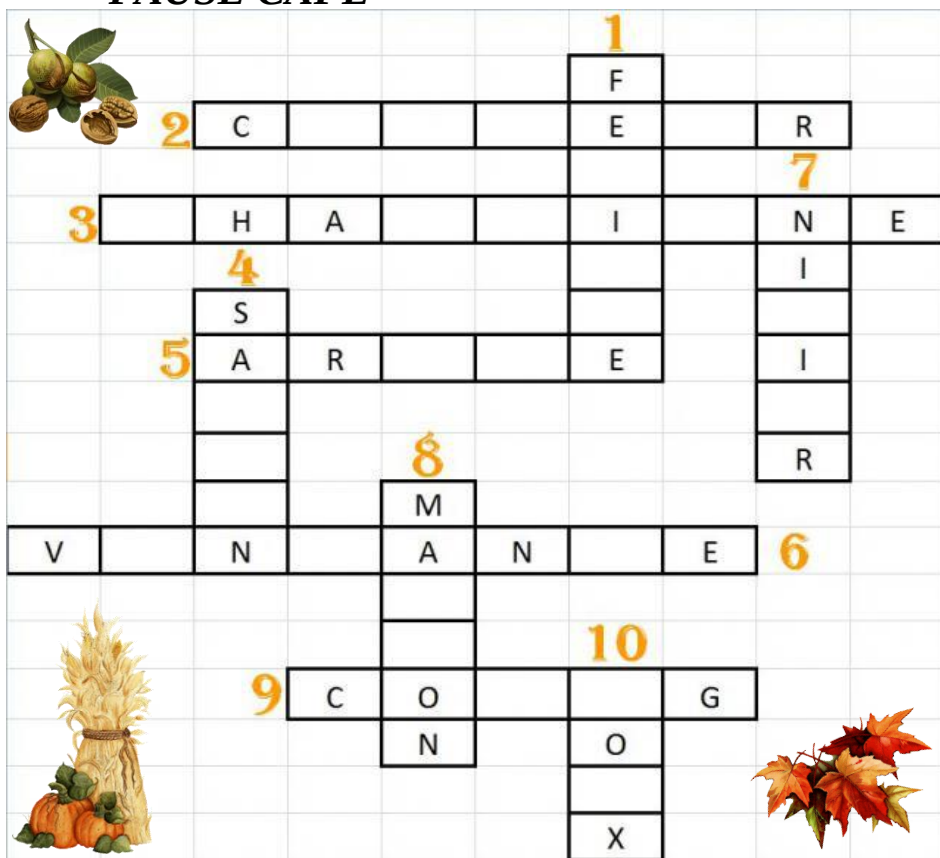
Site internet : <http://www.equipementamos.com/home.aspx>



PAUSE CAFÉ

Liste des mots à trouver :

- Couleur
- Châtaigne
- Raisin
- Arbre
- Feuille
- Coing
- Vendange
- Saison
- Marron
- Noix



Mario Boutin, Raynald Corriveau
propriétaires

VENTES

Équipements forestiers

Piscines et spas

Balançoires

Ensembles de patios

Propane et équipement au propane

Tracteurs et tondeuses

Toro et Colombia

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

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

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



beachcomber
HOT TUBS



Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

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
819-732-8501

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 2015	20 janvier 2015	26 janvier 2015
Février 2015	17 février 2015	23 février 2015
Mars 2015	24 mars 2015	30 mars 2015
Avril 2015	21 avril 2015	27 avril 2015
Mai 2015	19 mai 2015	25 mai 2015
Juin 2015	23 juin 2015	29 juin 2015
Juillet 2015	28 juillet 2015	4 août 2015
Août 2015	25 août 2015	31 août 2015
Septembre 2015	22 septembre 2015	28 septembre 2015
Octobre 2015	20 octobre 2015	26 octobre 2015
Novembre 2015	24 novembre 2015	30 novembre 2015
Décembre 2015	15 décembre 2015	21 décembre 2015



TRIONEX HYDRAULIQUE INC.

121, rue des Métiers, Amos (Québec) J9T 4M4
Téléphone : 819-732-5327 – Télécopieur : 819-732-0290
E-Mail : trionex@trionex.qc.ca – Web : www.trionex.qc.ca

Technologie & Automatisation en

Hydraulique – Lubrification - Pneumatique
Consultez notre site web



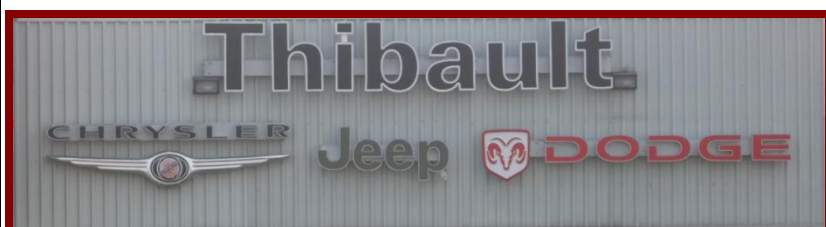
THIBAUT

AMOS



- Expert en 2^e et 3^e chance au crédit
 - Vaste inventaire de véhicule d'occasion
- CarXpert

- Atelier de mécanique
- Alignement
- Atelier de carrosserie



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