

NOS COMMANDITAIRES	
CAMPING CLIN D'ŒIL Location de terrains et de chalets Bar, restaurant et dépanneur. 1841, rue Chez Maurice, 819 797-2998	REPRÉSENTANTE AVON Jocelyne Groleau 819-797-2794
RICHARD DUCHESNE Entrepreneur en construction, spécialité levage sur cages, coffrage de maison, travail atelier 515, Baie de l'Île, 819 797-2919	S. FILION ENR. Sablage au jet abrasif, peinture commerciale et industrielle, équipement lourd et minier, décapage de meubles et fer forgé Sylvain Filion, prop. 2131, Rangs 6 & 7, Montbeillard 819 762-2577, cell. : 819 763-0702
PRÉVENTION INCENDIE ENR. Vente, inspection et entretien d'extincteurs 950, Saguenay, Rouyn-Noranda Tél. 819-797-3743 Téléc. 819-797-9622 preventionincendie@tlb.sympatico.ca	RECHAPAGE DU NORD 300, boul. Industriel Rouyn-Noranda (Québec) J9X 6T3 Gilles Bruneau et Christiane Ayotte Tél. : 819 797-9736 — Téléc. : 819 797-9270
R.F. SOUDURE GÉNÉRALE INC. Soudure aluminium, acier inoxydable, avec table de coupe informatisée 3345, boulevard Saguenay J9X 5A3 Tél. : 819-797-2838	CLINIQUE SUR UN NUAGE Soins corporels et massage Forfait d'une journée Lise Lacroix, N.D. Massothérapeute 819 764-5478
LAUZON ÉQUIPEMENT 9129-6509 Québec inc. Vidange de fosse septique, prix groupe, service flexible de soir et fin de semaine - Location de toilettes, transport général d'eau et de calcium. 590, Rte 101 Sud, Notre-Dame-du-Nord Urgence 7/7 : 819 723-2885	MATÉRIAUX MONTBEILLARD BMR Matériaux de construction, quincaillerie 527, Route 101 Tél. : 819 797-2987 Téléc. : 819 797-2997
DÉPANNEUR BLANCHETTE ET FILLES Essence et diesel; loterie et gaz propane, comptoir postal, permis de chasse et de pêche, location de film 517, du Village— 819 797-2863	DÉNEIGEMENT BLANCHE-NEIGE Michel Blanchette, propriétaire Pour renseignements : 819 763-5414
VILLA DES PLANTS ENR. Producteur de fleurs annuelles, plantes vivaces, arbres et arbustes. Engrais, terre (sac), semences, etc. Ouverture sur appel à l'année. Prop. : Denise et Marcel. 442, Route 101— 819 797-2999	LES PIERRES DU NORD Pierres à patio, grosses dalles, pierres à mur Route 101, Montbeillard Gérard Houle, pdg 819 763-4011

MONTBEILLARD

Volume 16, numéro 9 *en bref* Février 2011

Connaissez-vous le Kuk Sool Won?



Pierre Beaulieu et Jacques Hébert

Depuis quelques années, un certain nombre de nos concitoyens s'adonnent à la pratique d'un art martial d'origine coréenne, le Kuk Sool Won. Sur notre photo, on en aperçoit quelques-uns. Ce sont, de gauche à droite, Noémy Boucher, Samuel Provencher, Josée Trépanier et Marie-Eve Tousignant-Martel. (Texte en page 3).

« Montbeillard en bref » est une corporation sans but lucratif selon la troisième partie de la Loi sur les compagnies dont le but est d'éditer et de diffuser un journal communautaire à l'intention de la population du quartier Montbeillard. Son conseil d'administration est composé des personnes suivantes : présidente, Michelyne McFadden, vice-présidente, Manon Blanchette, trésorière, Gilberte Pelchat, secrétaire, Pierre Beaulieu, administrateurs, André Bergeron et Jayne Bessette.

Tout citoyen de Montbeillard peut soumettre des textes au journal en autant qu'ils reflètent ou traitent de la vie communautaire de Montbeillard. Les textes sur disquette seront adressés au C.P. 209, Montbeillard, JOZ 2X0 ou déposés dans la boîte au Dépanneur Blanchette & Filles, **au plus tard le 15 de chaque mois** pour parution le 1^{er} du mois suivant. Il est également possible de les expédier par courriel à l'adresse suivante : montbeillard@hotmail.com. Le nom et le numéro de téléphone de l'auteur devront apparaître à la fin du texte. Le journal se réserve le droit d'abréger tout texte jugé trop long et, le cas échéant, de corriger l'orthographe, la syntaxe ou la grammaire. Le journal se réserve également le droit de simplifier la présentation visuelle de tous les textes qui lui sont soumis.

Il est possible de consulter *Montbeillard en bref* en version électronique sur le site du journal à l'adresse suivante : <http://www.montbeillard.ca>

Le conseil d'administration



Série de dix rencontres pour les personnes ayant vécu une rupture amoureuse

Le Centre de santé et de services sociaux de Rouyn-Noranda organise une série de dix rencontres à l'intention des hommes et femmes de 18 ans et plus ayant besoin de soutien après avoir vécu une rupture amoureuse. Au cours de ces rencontres, les participants apprendront comment vivre les différentes étapes d'une rupture.

C'est gratuit mais il est nécessaire de s'inscrire au plus tard le 18 février auprès de Célyne Grenier au numéro 762-5599, poste 45175.

Une invitation

Le Club de l'Âge d'Or l'Amitié de Cloutier vous invite à son souper spaghetti qui aura lieu le 26 février prochain. Précédant le souper, il y aura un après-midi d'activités sociales: différents jeux de cartes, jeu de poche, dard, billard, etc.

Le tout débutera vers 14 h et sera suivi du souper vers 17 h. Pour ceux et celles qui voudront se dégourdir les jambes après un bon souper, il y aura de la musique sur CD. Alors, venez en grand nombre vous amuser. Nous espérons vous compter parmi nous. Prix d'entrée : adulte, 6 \$; enfant de 6 à 12 ans : 3 \$. Nous avons notre permis de boisson.

Au plaisir de vous voir.

Renée Dupuis, secrétaire
dupuis.renee@tlb.sympatico.ca

Février 2011

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	1 Réunion des Fermières Bacs VERTS 1 à 479 Rte 101 & Range 3-4 Est Biblio 19 h	2 Bacs VERTS	3 Biblio 19 h Kuk sool won École 18h30	4 Bacs BLEUS Range 6 & 7 est Transit 12-17 19h à 23h	5 TOURNOI DE DARDS Inter-club L'Âge Joyeux	6 MESSE 11H15
7 Adoration Eucharistique Église 19h30	8 Bacs BLEUS 1 à 479 Rte 101 & Range 3-4 Est Biblio 19 h Kuk sool won 18h30	9 Bacs BLEUS	10 Biblio 19 h Kuk sool won École 18h30	11 Bacs VERTS Range 6 & 7 est Transit 12-17 19h à 23h	12	13 ADACE 11H15
14 Adoration Eucharistique Église 19h30	15 Bacs VERTS 1 à 479 Rte 101 & Range 3-4 Est Biblio 19 h Kuk sool won 18h30	16 Bacs VERTS	17 Biblio 19 h Kuk sool won École 18h30	18 Bacs BLEUS Range 6 & 7 est Transit 12-17 19h à 23h	19	20 MESSE 11H15 Brunch L'Âge Joyeux
21 Adoration Eucharistique Église 19h30	22 Bacs BLEUS 1 à 479 Rte 101 & Range 3-4 Est Biblio 19 h Kuk sool won 18h30	23 Bacs BLEUS L'Âge joyeux Réunion si besoin 14 h 00	24 Biblio 19 h Kuk sool won École 18h30	25 Bacs VERTS Range 6 & 7 est Transit 12-17 19h à 23h	26	27 ADACE 11H15
28 Adoration Eucharistique Église 19h30						le mardi du mois Réunion 19h30 Cercle de fermières Montbeillard 1 MARS 2011

Connaissez-vous l'importance d'inscrire dès aujourd'hui votre enfant à l'éducation préscolaire (anciennement appelée la maternelle)?

La survie de la classe de préscolaire
à l'école de votre secteur en dépend!

La Commission scolaire de Rouyn-Noranda devra prendre une décision, au plus tard en mars, au sujet du maintien ou de la fermeture de la classe de préscolaire de votre secteur. C'est pourquoi il est si important d'avoir, dès aujourd'hui, un portrait réel de la clientèle scolaire pour 2011-2012.

Vous êtes un parent de Montbeillard et avez un enfant qui aura 5 ans avant le 1^{er} octobre 2011? Présentez-vous <u>le plus tôt possible</u> à l'école des Kekeko à Beaudry pour son inscription à l'éducation préscolaire*.	Vous êtes un parent de Montbeillard et avez un enfant qui aura 4 ans avant le 1^{er} octobre 2011? Vous pouvez l'inscrire au programme d'animation Passe-Partout en vous présentant le plus tôt possible à l'école des Kekeko à Beaudry.
- Les heures d'ouverture pour l'inscription sont de 8 h à 11 h et de 12 h 45 à 15 h. - Apportez le certificat de naissance grand format** et la carte d'assurance maladie de votre enfant.	

* Les parents ayant un enfant qui aura 5 ans avant le 1^{er} octobre 2011 doivent obligatoirement inscrire leur enfant à l'éducation préscolaire sauf si celui-ci participe actuellement au programme d'animation Passe-Partout.

** Le formulaire à remplir, afin d'obtenir le certificat de naissance, est disponible à l'intérieur des écoles primaires de la Commission scolaire de Rouyn-Noranda et au bureau de Services Québec.

Renseignements

✍ **Éducation préscolaire** (anciennement appelée la maternelle) :
Contactez M^{me} Yvette Tousignant au 819 762-8161, poste 2254

✍ **Programme d'animation Passe-Partout** :
Contactez M^{me} Vicky Gagnon au 819 762-8161, poste 2587



Bouger différemment : le Kuk Sool Won

Si vous vous adonnez à circuler à proximité de l'école St-Augustin, les mardis et jeudis soirs, vous serez probablement étonné du nombre de véhicules stationnés à l'extérieur de cet établissement. Entre nous, vous le seriez bien davantage si vous pénétriez à l'intérieur. Vous surprendriez alors une douzaine de personnes d'âges divers s'adonnant, vêtues d'un curieux uniforme et pieds nus, à une étrange gymnastique. Une petite annonce, parue dans le *Montbeillard en bref* de septembre dernier, pourrait vous éclairer. Cette dernière invitait la population à s'inscrire à des cours de Kuk Sool Won offerts à l'école du village, les mardis et jeudis soirs.



Pierre Beaulieu

Le Kuk Sool Won est un art martial coréen traditionnel d'autodéfense. Jeune diplômé en administration de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue, ceinture noire, David Vincent dirige l'école de Kuk Sool Won de Montbeillard qui, à sa troisième année d'existence, compte une quinzaine d'élèves provenant de Montbeillard et des villages voisins. Son père, Raynald Vincent, géologue de profession et résident de Rollet, lui-même ceinture noire, le seconde, au besoin, dans ses activités d'instructeur.

Aux dires de David, le Kuk Sool Won s'adresse surtout aux familles et les gens s'y adonnent pour bouger différemment, pour maintenir leur condition physique et pour apprendre à mieux connaître leur corps. La motivation de base étant, bien évidemment, d'apprendre à bien se défendre. L'activité a aussi une dimension sociale puisqu'elle permet de rencontrer des gens et de socialiser avec eux.

Résidant de Cloutier, André Bernard a travaillé pendant plusieurs années à titre de vendeur au magasin général de Montbeillard. Depuis 4 ans, il s'entraîne avec ses enfants, deux filles de 8 et 10 ans et un garçon de 16 ans. « C'est un bon exercice, nous confie-t-il, qui développe ma motivation même si je n'y participe qu'une fois par semaine. »

Vétérinaire de formation, Josée Trépanier en est à sa cinquième année de Kuk Sool Won. C'est en y accompagnant ses deux garçons que lui est venue l'idée de s'y inscrire quand elle a constaté que plusieurs adultes suivaient cette

formation. « Pour me mettre en forme et apprendre à me défendre », précise-t-elle. En outre, elle apprécie l'aspect social de cette activité qui lui a permis de se faire de nouveaux amis. Aujourd'hui, elle estime être plus en forme et avoir amélioré sa capacité de concentration, des gains qui ne sont sans doute pas étrangers au fait que son conjoint s'y soit mis, lui aussi, il y a trois ans.

Les personnes désireuses d'en savoir davantage au sujet du Kuk Sool Won peuvent communiquer avec David Vincent au 762-0479 ou visiter le site Internet qui lui est consacré à l'adresse suivante www.kuksoolwon.com

Pierre Beaulieu

Carole Pelchat : notre infirmière

Carole Pelchat, notre infirmière, est originaire de Fabre au Témiscamingue, une localité où elle a passé son enfance entre un père menuisier, une mère commerçante et une sœur de deux ans son aînée.

Ses études secondaires complétées, Carole s'inscrit à des études collégiales en sciences de la santé. Elle songe alors à d'éventuelles études universitaires en médecine ou en physiothérapie. Au terme de ses études collégiales, c'est plutôt en sciences infirmières qu'on la retrouve. Et, comme la formation ne s'offre pas encore en région, elle étudie à Montréal pendant trois années qui se terminent par l'obtention d'un baccalauréat en 1990. Quand on lui demande d'où lui vient cet intérêt pour les sciences de la santé, les réponses fusent : « J'aime aider les autres. Je suis curieuse de savoir comment on est fait. J'aime les enfants. L'alimentation m'intéresse. J'ai deux tantes infirmières dont l'exemple m'a peut-être inspirée. »

Diplôme universitaire en mains, Carole effectue un retour au pays de son enfance. Elle travaille pendant six années à l'Hôpital de Ville-Marie, à l'urgence, aux soins intensifs, aux soins de courte durée. Son conjoint transféré à Amos, elle se retrouve dans cette ville où elle travaille à l'hôpital et en CHSLD. En 1999, le couple déménage à Rouyn-Noranda et elle se retire du marché du travail pendant quatre années afin de donner naissance à ses deux filles et de les élever.

En 2003, Carole réintègre le marché du travail. Elle travaille alors au *CLSC Le partage des eaux* pendant plusieurs années, effectuant des remplacements notamment à Beaudry et Montbeillard. Depuis 2009, elle occupe le poste d'infirmière clinicienne dans notre localité et à Rollet. Ses tâches sont très variées : santé scolaire, soins à



domicile pour les personnes âgées ou pour les personnes ayant subi une chirurgie, soins palliatifs, conseils, vaccination, suivi post accouchement, etc.

Carole a choisi de travailler en milieu rural parce qu'elle s'y sent plus près des gens ce qui facilite le suivi de ses patients. Ses plus grandes satisfactions lui viennent de la reconnaissance qu'on lui manifeste : « C'est particulier ici, souligne-t-elle, les gens sont gentils, respectueux à l'endroit de mon travail et de ma personne. Ils apprécient de ne pas être obligés de se déplacer à Rouyn-Noranda pour une simple prise de sang ou de pression. »

Carole habite Rouyn-Noranda où, avec son conjoint policier, elle élève ses deux filles de 10 et 13 ans. La marche, la lecture et le vélo sont ses principaux loisirs.

Pierre Beaulieu (texte et photo)



Pour que nos jeunes bougent plus et mangent mieux !

Québec en Forme est un organisme à but non lucratif qui favorise l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie chez les Québécois de 0 à 17 ans. Cet organisme est né d'un partenariat entre la Fondation Lucie et André Chagnon et le gouvernement du Québec.

Quelles sont les saines habitudes de vie ?

Bouger +

C'est choisir un mode de vie physiquement actif, dans les loisirs et des activités utiles comme se déplacer à pied, à vélo ou tondre le gazon. Il s'agit de saisir ou provoquer les occasions pour que nos enfants et adolescents bougent tous les jours.

Manger mieux

C'est choisir des aliments nutritifs et prendre plaisir à les manger. En créant des environnements favorables à la saine alimentation dans nos communautés (jardins, cafétéria santé...) nos jeunes pourront adopter et maintenir plus facilement de bonnes habitudes alimentaires.

Québec en Forme a réalisé et réalisera plusieurs actions dans votre milieu. Soyez prêt à passer à l'action !

Pour renseignements additionnels :

Kim Hurtubise

Coordonnatrice regroupement Québec en Forme de Rouyn-Noranda

819.762.8161 poste 2543

rouyn-noranda@regroupement.quebecenforme.org

Gastroentérite et grippe à Rouyn-Noranda La population est invitée à prendre certaines précautions

Rouyn-Noranda, 5 janvier 2011 – À Rouyn-Noranda, plusieurs cas de grippe et de gastroentérite ont été signalés dans la communauté au cours des derniers jours. Dans un but préventif, pour éviter la propagation de ces infections, Marina Larue, directrice générale adjointe, des soins infirmiers et de la qualité des services au Centre de santé et de services sociaux de Rouyn-Noranda, invite la population à prendre toutes les précautions nécessaires : « la meilleure façon de se protéger et de protéger ses proches est de se laver les mains soigneusement et fréquemment ».

Si des symptômes apparaissent, il faut prendre beaucoup de liquide pour éviter la déshydratation et il est très important de demeurer à la maison jusqu'à 48 heures après la fin des symptômes. L'objectif est d'éviter de propager le virus à l'école, au travail ou autres endroits publics. Plus d'informations peuvent être obtenues auprès de l'infirmière de la ligne Info-Santé, au numéro 8-1-1.

Votre Centre de santé et de services sociaux vous demande de prendre soin de vos proches et de vous-même en respectant les heures de visites à l'hôpital et au centre d'hébergement. À titre de rappel, les visites à l'hôpital sont permises tous les soirs de 18 h à 20 h 30. Les fins de semaine et les jours fériés, les visites sont aussi possibles entre 14 h et 16 h. Si vous avez des symptômes, abstenez-vous si possible, de visiter vos proches.

Pour plus d'informations à ce sujet, rendez-vous sur le site Web au www.csssm.qc.ca.

- 30 -

Source : Vincent Paquin, conseiller en communication
819-764-5131 #45149

Le mot de l'agent de développement L'importance du réseautage

Le développement communautaire en milieu rural, tous le savent, est rarement l'affaire d'un seul homme ou d'une seule femme. Que l'on soit résidant d'un ancien village ou bien que l'on habite un quartier urbain de Rouyn-Noranda depuis toujours, il nous est tous possible d'identifier des individus qui donnent leur temps et qui font valoir leurs multiples compétences et talents pour la bonne cause du développement de leur communauté. Le principal obstacle à la réalisation des projets est rarement le manque de financement ou l'impossibilité d'adapter des lois ou règlements. L'obstacle principal est plus souvent qu'à son tour...le manque de communication!

Par le passé, de nombreux projets ont avorté tout simplement parce que les principaux acteurs ont fait fi des forces et aptitudes des autres organisations présentes sur leur territoire. Parfois, l'expertise nécessaire à la réalisation d'un projet ne se trouve pas au sein d'un organisme gouvernemental mais bien dans la communauté elle-même, au sein d'un organisme comme la Fabrique, un comité de loisir ou un regroupement d'aide aux personnes âgées.

Un des traits de la société moderne est sans aucun doute la sur-spécialisation des organismes et des individus. Bien des métiers, autrefois pratiqués sans autre formation que la supervision d'un maître, demandent maintenant des cartes de compétences ou bien une scolarité bien définie. Cependant, il est encore possible d'aller chercher une expertise pertinente au sein d'organismes qui œuvrent dans notre propre milieu. Par exemple, pourquoi ne pas profiter du savoir des membres du club de moto-neige local pour réaliser un projet récréotouristique qui nécessite la mise en place de sentiers balisés et d'aires de repos, même si celui-ci serait inaccessible en période hivernale ?

Une condition est toutefois importante pour réaliser un réseautage gagnant : chaque organisme doit absolument bien faire connaître sa mission auprès des autres organismes locaux. Même si un organisme œuvre depuis longtemps dans la communauté, il peut être étonnant d'apprendre que plusieurs citoyens n'ont qu'une idée approximative, sinon erronée, de sa mission. Le réseautage, c'est comme un filet de pêche, plus il est grand et tissé serré, plus il sera en mesure de pêcher de gros poissons!

Au plaisir!

Ian-Thomas Bélanger
Agent de développement rural
Secteur Arntfield-Montbeillard-Rollet

Le Cercle de Fermières

Réflexions pour la St-Valentin: Il existe, en chacun d'entre nous, un désir insatiable d'aimer et d'être aimé. L'Amour que nous recherchons est beaucoup plus que la sensation euphorique des papillons dans l'estomac que provoque une nouvelle romance; c'est aussi la consolation ineffable d'être connu en son for intérieur, accepté et entouré de bons soins. C'est le sentiment profond de paix et de tranquillité d'esprit qui découle d'un rapprochement intense avec un autre être humain.

En ce mois où nous célébrons l'amour, reconnaissez l'Amour autour de vous, quelle qu'en soit la forme. N'attendez pas un Valentin, devenez-en un. Prononcez le «Je t'aime» qui générera un «Je t'aime» en retour. (Source :Daphné Rose Kingma – des Editions Modus Vivendi)

Nous vous invitons à la prochaine assemblée régulière prévue le 1^{er} février 2011 à 19 h 30 à la salle communautaire de Montbeillard.

Ateliers déjà commencés :

- Tricot et tissage : les lundis, mardis et mercredis de chaque semaine. Les métiers sont montés pour confectionner grande couverture, foulard, tapis, napperons de Noël et nappe.
- Atelier de broderie norvégienne : un lundi sur deux, un professeur sera là pour donner la formation.
- En février, nous prévoyons faire des ateliers pour confectionner des doudous (un petit cœur au chaud) et apprendre le fonctionnement du tricotin.

Personnes-ressources pour le tissage : Jeannine Toupin (819) 797-1876 et tricot : Michelyne McFadden (819) 797-2716 (mich_mc77@hotmail.com).

Personne-ressource pour la broderie : Nicole Caya (819) 279-2071.

Pour nous rejoindre lors de ces ateliers : (819) 797-7110 poste 2989 (cuisine-salle communautaire).

Jocelyne Groleau, conseillère, responsable du Comité communications, (819) 797-2794

Michelyne McFadden, présidente



RENCONTRE D'INFORMATION CONCERNANT LE PORTRAIT GÉNÉRAL DES INSTALLATIONS SEPTIQUES ET DES BANDES RIVERAINES AU LAC OPASATICA

Dans le cadre du Programme de protection des lacs de la Ville de Rouyn-Noranda, des employés du Service de l'aménagement du territoire ont effectué, aux étés 2009 et 2010, un relevé sanitaire des installations septiques des résidences en bordure du lac Opasatica, un lac qui a été touché par des épisodes de fleurs d'algues bleu-vert.

L'objectif de cette démarche était d'évaluer le potentiel de contamination des installations septiques et de proposer des mesures correctives, le cas échéant. Également, afin d'obtenir un portrait de l'état actuel des berges du lac Opasatica, la caractérisation des bandes riveraines a été effectuée à chacune des résidences.

Une rencontre d'information aura lieu le **2 mars à 18 h 30** à la salle des bâtisseurs du centre communautaire de Montbeillard. Cette rencontre a pour objectif de présenter la situation globale des installations septiques et des bandes riveraines autour du lac. Pour des questions spécifiques concernant votre relevé sanitaire, veuillez communiquer directement avec le Module de planification du territoire au 819 797-7110, poste 7292 ou au tracy.isabelle@rouyn-noranda.ca. Pour des informations concernant les installations septiques et l'obtention de permis, nous vous prions de contacter le Service des Permis au 819 797-7111.

L'eau est une richesse collective inestimable. Nous vous remercions de votre précieuse collaboration dans cette intervention qui vise à préserver votre qualité de vie et celle de tous les citoyens.

Geneviève Trudel, biologiste, M.Sc

Le monoxyde de carbone : un invité indésirable dans votre demeure

Rouyn-Noranda, le jeudi 20 janvier 2011 – L'Agence de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue encourage la population à prendre quelques précautions pour éviter la venue d'un invité indésirable dans leur demeure : le monoxyde de carbone, un gaz toxique inodore et incolore. Celui-ci est produit lorsqu'un combustible tel du bois, de l'huile à chauffage, du gaz naturel ou de l'essence est brûlé.

En cette période de l'année où la température extérieure est très froide, les appareils de chauffage au bois, au gaz ou à l'huile, grandement sollicités, sont particulièrement à redouter, car on ne peut percevoir le monoxyde de carbone lorsqu'il s'infiltre dans les bâtiments. **Attention! Bien qu'indispensable, le détecteur de fumée ne décèle pas la présence du monoxyde de carbone. C'est pourquoi l'installation d'un avertisseur de monoxyde de carbone est requise.**

Par ailleurs, l'Agence invite les gens à procéder à l'entretien périodique de leur fournaise, de même qu'à ne pas entraver le tirage naturel de leur cheminée, notamment par des hottes de ventilation qui ne disposent pas de suffisamment d'entrée d'air externe. Il est également fortement recommandé de ne pas utiliser un démarreur à distance lorsque la voiture est garée dans un garage ou un abri étanche (ex. : abri *Tempo*) afin d'éviter que du monoxyde de carbone ne se retrouve coincé à l'intérieur de ces espaces fermés.

Les symptômes d'une intoxication au monoxyde de carbone se traduisent habituellement par un mal de tête qui se prolonge, avec ou sans nausées. S'en suivent une baisse importante d'énergie et l'impression qu'il n'y a plus d'oxygène dans la pièce. Une intoxication grave peut aller jusqu'à entraîner la mort.

En cas de doute, il est conseillé de contacter le Centre anti-poison du Québec, au 1 800 463-5060. D'autres informations sur le monoxyde de carbone sont disponibles au www.sante-abitibi-temiscamingue.gouv.qc.ca.

L'Agence invite les citoyennes et citoyens de l'Abitibi-Témiscamingue à profiter des joies de l'hiver tout en prenant les précautions nécessaires pour protéger leur santé et celle de leurs proches.

- 30 -

Source : Céliane Dorval
Service des communications et de la qualité
819 764-3264, poste 49201

Nouvelles de l'Âge Joyeux

Encore une fois, bonne réussite lors de notre souper annuel le 8 janvier. Merci aux personnes présentes, aux bénévoles et aussi un gros merci aux généreux commanditaires.

Les gagnants du tirage de participation sont : premier prix de BMR, Marcel Sanscartier ; deuxième prix de Blanchette et Filles, Ubald Lacroix et troisième prix de la Villa des Plants, Jean-Nil Guin.

Le brunch mensuel a toujours lieu le troisième dimanche du mois

Activités de janvier 2011

Tournoi inter-club :	5 février	9 h	
Brunch :	20 février	10 à 13 h	adulte : 6 \$ et enfant : 6 à 9 ans : 3 \$
Infirmière :	22 février	13 h 30	visite de l'infirmière
Réunion si besoin :	23 février	14 h	

Les cartes de membres pour l'année 2011 sont disponible auprès des administrateurs, pour plus d'information : Gilberte au 819-797-1360.

Bienvenue à tous

Jayne Bessette, trésorière-archiviste.

Julien Castonguay honoré



À l'occasion d'un souper et de la très belle soirée annuelle de l'Âge Joyeux, monsieur Julien Castonguay s'est vu remettre, pour ses quatre-vingts ans, la carte d'or qui fait de lui un membre honoraire à vie, un certificat de la fédération avec une épinglette des aînées, un petit cadeau de son club et une carte faite par Hélène Lord. En outre, une gerbe de fleurs lui a été offerte par sa fille, Lucie. Sur la photo, Monsieur Castonguay est entouré de Gilberte Pelchat Dion, présidente de l'Âge Joyeux, à sa droite, et de sa fille Lucie, à sa gauche. Bravo et longue vie parmi nous, santé et bonheur.

Photo : André Bergeron

Visages de Montbeillard

Monique Simard et Paul Pelchat



André Bergeron

Edmond Simard et ses fils, Alexandre et Lucien, sont partis de Québec le 14 octobre 1932 à destination de Montbeillard pour y choisir leur terre, défricher un emplacement et y construire une maison.

La famille est arrivée le printemps suivant. Sans électricité, c'est une vie nouvelle qui attend la ma-

man Auxillia, le fils Aurélien, les filles Émilienne et Marie-Aimée, la petite Marie : on s'éclaire au fanal et à la lampe à l'huile.

Dans ce temps-là c'était en pleine forêt, la forêt vierge, les arbres étaient plus gros, la forêt plus rapprochée. On défrichait à bras d'homme, au godendart, à la hache et au sciote. Ils ont travaillé dur ces hommes courageux. C'étaient de braves personnes. Moi-même, André Bergeron, à 12 ou 13 ans, j'ai travaillé aux foins pour monsieur Edmond Simard. Je ne gagnais pas cher, mais je débutais et j'ai appris à travailler. Monsieur Simard, Lucien, Marie-Aimée, j'avais beaucoup d'admiration pour eux, c'était comme des parents.

Les années ont passé. En 1953, Lucien, le fils d'Edmond Simard et d'Auxillia Létourneau, a épousé Jeannette Simard, fille d'Arthur Simard et de Léda Blouin de Québec. Jeannette était la cousine propre de Lucien. De cette union sont nées deux filles : France, en 1954, et Monique, en 1958. Monique a épousé Paul Pelchat, fils de Gérard Pelchat et de Florence Portelance qui avaient une famille comptant plusieurs enfants : Jean-Marie, Béatrice, Gilberte, Isidore, Paul-Émile, Claude, Louis, Barbara et Placide qui est décédé dans les années soixante écrasé par un tracteur.

Mariés en 1980, Paul et Monique ont eu quatre enfants : Éric, Yan, Pascal et Zoé. Éric travaille comme analyste financier, à Montréal. Yan travaille en mécanique industrielle. Il demeure à Bellecombe avec son épouse Chantal Larose qui, en 2009, lui a donné un garçon, Mathéo, qui fait le bonheur de ses grands-parents, Paul et Monique. Pascal, le troisième de la famille, termine ses études en génie forestier au Nouveau-Brunswick. Et Zoé, la petite dernière, formée en technique de santé animale, travaille à l'hôpital vétérinaire de Rouyn-Noranda. Paul et Monique sont fiers de la réussite de leurs enfants.

Paul travaille depuis six ans à la Baie James comme mécanicien. Monique travaille aux ateliers Manutex comme superviseur du département promotionnel. Paul a travaillé pendant plusieurs années comme technicien en électronique au Garage Thibault de Rouyn-Noranda où il était reconnu comme un spécialiste en la matière.

Les passions de Paul sont la chasse, la pêche et la forêt. Il se propose de prendre le temps de vivre à sa retraite. Avec son fils Pascal, il projette de nettoyer sa terre à bois et d'en faire l'aménagement. Monique, pour sa part, a à cœur de terminer son baccalauréat en travail social à l'UQAT et de travailler. Elle souhaite faire du bénévolat dans les services sociaux dont elle connaît les besoins criants. Elle a fait du bénévolat pendant dix ans à la bibliothèque de Montbeillard. Elle a travaillé pendant 15 ans comme gardienne des dîneurs à l'école St-Augustin. Elle a aussi travaillé pendant huit ans comme couturière chez Couture Magique de Rouyn-Noranda.

Bravos à vous deux, Monique et Paul, pour une vie bien remplie riche de projets et pour votre implication dans la paroisse pendant de nombreuses années. C'est une fierté de vous compter des nôtres. Merci de tout cœur et longue vie parmi nous.

André Bergeron