

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 764, boulevard de l'Université, Rouyn-Noranda Tél. 819-797-3743 Téléc. 819-797-9622 npoulin@preventionincendie.net	ANDRÉ BERGERON
R.F. SOUDURE GÉNÉRALE INC. Soudure aluminium, acier inoxydable, avec table de coupe informatisée 3345, boulevard Saguenay J9X 5A3 Tél. : 819-797-2838	Plum'EAU Nettoie tout Service d'entretien ménager Bureau-Commercial-Industriel Jeanne Paquin, propriétaire Tél. 819-764-4414 Cell. 819-279-5797
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	ENTREPRISES DCP Excavation, terrassement, déneigement, gravier, sable, terre, tourbe 9092 Boul. Rideau Rouyn-Noranda (Montbeillard) Prop. Dany Choquette Tél. 819-764-6351 Cell. 819-277-4970
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 17, numéro 10 *en bref* Mars 2012

Montbeillard à New York



Cette photographie du photographe professionnel montréalais, Benoît Chalifour, a été présentée au Annual Photography Masters Cup à New-York dans la catégorie Children of the World qui regroupait près d'une centaine d'oeuvres. Elle représente une scène d'une partie de hockey bottine sur le lac Opasatica dans le cadre de la fête d'hiver Opasatica sur glace. Elle n'a toutefois pas gagné de prix. Les œuvres de Benoît Chalifour peuvent être vues à l'adresse suivante : www.thecolorawards.com

« 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 Jayne Bessette et SergeTurcotte.

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 2XO 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'abrégier 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

Message de la Villa des Plants

On aimerait remercier tous nos clients 2011 et profiter de ce moment pour vous dire que nous sommes ouverts sur appel à l'année. Ceci dit, le printemps approche tranquillement, il est temps de penser à vos plates-bandes, soit en plaçant votre commande pour vos bacs à fleurs ou en réservant vos plants afin d'avoir un meilleur choix. Il nous fait toujours plaisir de vous aider.

Villa des Plants (819) 797-2999

Service de garde en milieu familial

Vous avez envie d'un nouveau défi? Vous aimeriez un travail rémunéré, bénéficiant d'avantages sociaux, en collaboration avec une équipe de soutien tout en demeurant dans votre foyer? Le CPE Bonnaventure est toujours à la recherche de dames intéressées à opérer un service de garde en milieu familial dans le secteur de Rouyn-Noranda et les environs. Vous avez des questions ou souhaitez vous inscrire? N'hésitez pas à me contacter au 819 797-6815 poste 224.

Linda Dubé
Directrice adjointe MF
CPE Bonnaventure
259 avenue Principale
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 7G9

mars 2012

dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
26	27	28	29	1 BIBLIO 19h KUK SOOL 18H30 à 19h30	2 Bacs BLEUS TRANSIT 12 À 17 18H À 22H	3
4	5 MESSE 11H	6 Réunion des Fermières Bacs BLEUS Blvd Rideau sud & Rang Rochon	7 Bacs BLEUS	8 BIBLIO 19h KUK SOOL 18H30 à 19h30	9 Bacs VERTS TRANSIT 12 À 17 18H À 22H	10
11	12 MESSE 11H	13 Bacs VERTS Blvd Rideau sud & Rang Rochon	14 Bacs VERTS	15 BIBLIO 19h KUK SOOL 18H30 à 19h30	16 Bacs BLEUS TRANSIT 12 À 17 18H À 22H	17
18	19 MESSE 11H BRUNCH L'ÂGE JOYEUX	20 Bacs BLEUS Blvd Rideau sud & Rang Rochon	21 Bacs BLEUS	22 BIBLIO 19h KUK SOOL 18H30 à 19h30	23 Bacs VERTS TRANSIT 12 À 17 18H À 22H	24 Tournoi fin de saison des dards 9h L'Âge Joyeux
25	26 MESSE 11H	27 Bacs VERTS Blvd Rideau sud & Rang Rochon	28 Bacs VERTS	29 BIBLIO 19h KUK SOOL 18H30 à 19h30	30 Bacs BLEUS TRANSIT 12 À 17 18H À 22H	31
1	2	1, 2, 3, 4, 5,				

Emplois étudiants – Été 2012

Rouyn-Noranda, le 1^{er} février 2012 – Le Service de l’animation en loisir et espaces verts de la Ville de Rouyn-Noranda désire informer la population qu’il est possible, dès maintenant, de poser sa candidature pour les emplois étudiants d’été 2012, pour les postes suivants :

Animateur ou animatrice Animation-Jeunesse

Date limite pour le retour du formulaire : 23 mars 2012

Préposé ou préposée à l’entretien aux parcs et espaces verts

Date limite pour retour du formulaire : 23 mars 2012

2 façons de remplir votre formulaire d’emploi :

Vous rendre au bureau du Service de l’animation en loisir et espaces verts situé au 201, avenue Dallaire, local 266 ou remplir le formulaire directement sur le site Internet : www.rouyn-noranda.ca, sous l’onglet *Offres d’emploi*.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez composer le 819 797-7101.

Cours de formation Moniteur en sécurité aquatique de la Croix-Rouge

Rouyn-Noranda, le 7 février 2012 - Le Service de l’animation en loisir et espaces verts de la Ville de Rouyn-Noranda désire informer la population qu’une formation « **Moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge** » débutera le **16 mars prochain**.

Les personnes intéressées devront posséder leur brevet *Assistant moniteur de sécurité aquatique* (ne datant pas plus de 4 ans) et avoir 16 ans avant la fin du cours, soit avant le 30 mars 2012. Lors de l’inscription, vous devez présenter une copie de votre acte de naissance et de votre carte AMSA.

L’inscription se fera au bureau du Service de l’animation en loisir et espaces verts, au 201, avenue Dallaire, local 266, entre 8 h 30 et 12 h et de 13 h 30 à 16 h 30, et ce, du lundi au vendredi.

La date limite d’inscription est le jeudi 15 mars 2012

Pour toute autre information, vous pouvez communiquer avec M. Mario Gagnon, responsable aquatique, au 819 797-7102.

Projet de garderie en milieu scolaire

Bonjour à tous les jeunes parents,

Je suis une jeune maman récemment revenue habiter dans notre merveilleux village et je voudrais vous sensibiliser à un besoin grandissant pour les jeunes familles de notre quartier.

Je projette de mettre sur pied une garderie en milieu scolaire.

Pour ce faire, je dois d’abord savoir si vous enverriez vos enfants à cette garderie. Une garderie en milieu scolaire nous permettrait de rehausser le nombre d’élèves et de garder notre école ouverte. De ce fait, nous pourrions utiliser les infrastructures déjà existantes.

Ce serait pour certaines familles beaucoup plus pratique. Cela éviterait beaucoup de voyage et créerait un plus grand sentiment d’appartenance chez nos enfants.

De plus, l’implication de la population est essentielle afin de partager la tâche et pour concrétiser ce projet. Si bon nombre d’entre nous sont intéressés évidemment.

Nous devons nous mobiliser et mettre en place ce service qui profitera à toute la population, revitalisera et contribuera à l’avenir de notre village.

S’entraider, participer, s’investir au sein de notre communauté pour un meilleur avenir, nous pouvons le faire, ensemble il nous est possible de répondre à nos besoins si nous travaillons main dans la main.

Les parents, les grands-parents, les personnes qui veulent s’impliquer en tant que bénévoles ou tout simplement aider dans les diverses démarches à faire, en fait toutes les personnes intéressées au projet peuvent me contacter.

Carrie Blanchette

9762, boul. Rideau
Rouyn-Noranda (Québec)
Tél. : 819 797-4334

Téléphonez-moi entre 18 et 21 h 30 les jours de semaine ou la fin de semaine. Vous pouvez aussi laisser vos coordonnées au dépanneur Blanchette et je me ferai un plaisir de vous rappeler.

Merci de tout cœur.

Nos enseignantes

Montbeillard en bref se propose depuis longtemps de présenter à ses lecteurs et lectrices un portrait des deux enseignantes qui animent notre école primaire. La chose n'ayant pas été possible plus tôt pour toutes sortes de raisons, nous le faisons aujourd'hui tout en sachant qu'il eut été préférable de le faire en début d'année scolaire. Mieux vaut tard que jamais!

Lyne Blouin



À dix-sept ans, septième d'une famille de 11 enfants, Lyne Blouin quitte Malartic pour poursuivre, à Ottawa, des études universitaires en sociologie et en éducation. Sept années plus tard, diplômes en mains, elle revient à Malartic où elle enseigne pendant 24 ans, toujours au primaire, dans la ville même et dans les localités avoisinantes : Cadillac, Rivière-Héva et Dubuisson.

Il y a 9 ans, son conjoint étant muté à Rouyn-Noranda, Lyne offre ses services à la Commission Scolaire de Rouyn-Noranda. Pendant quatre années elle enseigne dans différentes écoles de la ville.

Puis, il y a cinq ans, elle se voit confier une classe de notre école primaire. C'est par choix qu'elle enseigne toujours à Montbeillard car elle s'est abstenue d'appliquer sur des postes en milieu urbain.

Lyne enseigne présentement aux 14 élèves de la classe de 4^e, 5^e, 6^e années de l'école Saint-Augustin. Elle aime ce travail qui représente beaucoup de défis et qui n'est jamais monotone.

Elle prévoit prendre sa retraite dans deux années et demi mais elle n'a pas de projet précis pour le moment : «On verra». Elle est la responsable de l'école de Montbeillard ce qui implique qu'elle remplace la directrice quand celle-ci est absente.

Lyne a un garçon de 24 ans, Simon, qui a fait des études en administration à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue et qui terminera bientôt une formation de pilote à Ottawa.

(suite à la page suivante)

Les résidants ne peuvent déposer la neige provenant de leur entrée privée sur l'accotement



Rouyn-Noranda, le 3 février 2012 – Depuis quelque temps, le ministère des Transports a remarqué que certains citoyens poussent la neige de leur entrée privée sur l'accotement ou de l'autre côté de la route.

Cette pratique est totalement interdite en vertu du *Code de la sécurité routière*. En plus de compliquer les opérations de déneigement, elle peut avoir des conséquences importantes en ce qui a trait à la sécurité routière. En effet, la neige accumulée réduit la visibilité et peut occasionner des accidents lors de manœuvres de sorties des entrées privées. Elle peut aussi entraîner des bris aux équipements de déneigement.

Ces interdictions sont inscrites dans le *Code de la sécurité routière* aux articles 498 et 507 et se lisent comme suit :

498. Il est interdit de jeter, déposer ou abandonner des objets ou matières quelconques sur un chemin public, sauf exception autorisée par la personne responsable de l'entretien de ce chemin.

507. Quiconque contrevient à l'article 498 commet une infraction et est passible d'une amende de 60 \$ à 100 \$ (plus les frais d'administration).

Le ministère des Transports rappelle également aux propriétaires riverains de ne pas déverser de la neige dans les fossés. Cette façon de faire peut nuire à l'écoulement des eaux de drainage lors de la fonte des neiges au printemps, ce qui peut avoir des conséquences sur les fondations de la route, provoquer des débordements d'eau sur la chaussée ou causer des inondations sur les terrains privés.

Il est également défendu de déverser de la neige provenant des entrées privées de l'autre côté de la route ou encore de la disposer de façon à ce qu'elle cache ou endommage la signalisation.

Tout au long de l'hiver, les patrouilleurs du ministère des Transports veilleront à s'assurer que la réglementation soit respectée et demanderont à la Sûreté du Québec d'intervenir, au besoin, en émettant des constats d'infraction selon le cas.

- 30 -



Source : Luc Adam
Conseiller en communication
819 763-3237, poste 385
✉ luc.adam@mtq.gouv.qc.ca

CAMPAGNE ANNUELLE DE SÉCURITÉ DANS LE TRANSPORT SCOLAIRE

Un message clair et direct : « M’as-tu vu? »

Rouyn-Noranda, le mercredi 1^{er} février 2012 – Sous le thème « M’as-tu vu? », fidèles à la tradition, Transport scolaire R.N., Autobus Maheux, la Sûreté du Québec et la Commission scolaire de Rouyn-Noranda se mobilisent, jusqu’au 10 février dans le cadre de la 24^e campagne annuelle de sécurité dans le transport scolaire, pour inviter les usagers de la route, les conducteurs d’autobus scolaires, les écoliers ainsi que leurs parents à adopter des comportements sécuritaires en présence d’autobus scolaires.

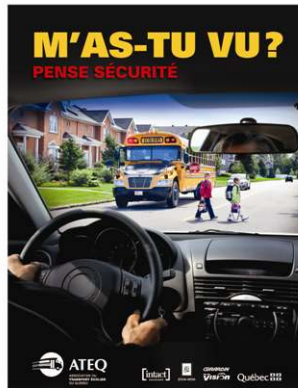
« La campagne, qui bat actuellement son plein, a pour thème *M’as-tu vu?* parce qu’en dépit des efforts de sensibilisation, nombre d’automobilistes persistent à conduire de façon négligente, voire risquée, lorsqu’ils croisent ou suivent un autobus scolaire, observe Gilles Pomerleau, président de Transport scolaire R.N. et directeur régional de l’Association du transport écolier du Québec (ATEQ). Nous invitons donc tous les usagers de la route, où qu’ils se trouvent, sur la route, en zone scolaire ou aux abords des écoles, à respecter le Code de la sécurité routière et à réduire leur vitesse dès qu’ils sont en présence d’un autobus scolaire. Ils contribueront ainsi à diminuer les risques d’accidents. »

Les parents, qui tiennent lieu de premiers modèles pour leurs enfants en matière de sécurité routière, sont également visés par cette campagne, qui compte sur eux pour leur rappeler régulièrement les différentes règles de sécurité à adopter : arriver à l’avance à l’arrêt d’autobus pour éviter d’avoir à courir; attendre calmement que l’autobus soit immobilisé avant de s’en approcher; rester assis tout au long du trajet; éviter de distraire le conducteur ou la conductrice; attendre l’arrêt complet de l’autobus avant de quitter son siège; descendre un à un sans se bousculer en tenant la rampe; s’éloigner de l’autobus sitôt descendu et rester loin des roues; compter dix pas en sortant de l’autobus avant de traverser afin de s’assurer d’être vu; ne jamais passer derrière l’autobus, etc.

Pour enfoncer le clou et assurer une action concertée tout au long de l’année, des outils pédagogiques ont été développés à l’intention des écoliers. Ainsi, le neuvième livre de la Collection Bubusse, *Sam et Bloup jouent aux savants*, est distribué dans toutes les classes du préscolaire et du primaire, accompagné d’une affichette et d’un feuillet d’animation destiné aux enseignants. De plus, chaque écolier reçoit le feuillet *M’as-tu vu ?* comportant un message de prudence à remettre aux parents. Enfin, les classes sont invitées à participer à un concours, dont tous les détails sont disponibles à l’adresse : www.ateq.qc.ca. Ce site de l’ATEQ offre en outre aux écoliers du préscolaire et du primaire une nouvelle section « Jeux » déployant une série d’activités intéressantes en lien avec la sécurité en transport scolaire.

Il va sans dire que les conducteurs et les conductrices d’autobus scolaires participeront à la campagne de sécurité en portant le macaron de la campagne et en rappelant les consignes de sécurité à leurs passagers.

Source : Renée Nolet
Conseillère en communication, tél. : 819 762-8161, poste 2284



Cécile Lacombe

Onzième d’une famille de 16 enfants, Cécile Lacombe est née et a vécu toute son enfance dans le village de Granada, à quelques kilomètres de l’agglomération urbaine de Rouyn-Noranda. Ses études collégiales en sciences humaines terminées, elle envisage de suivre les traces de Réal, son frère aîné, un médecin très connu. Elle y renonce ses résultats en sciences étant insuffisants. Elle se rend plutôt dans le village de Radisson, à la Baie James, où, pendant six mois, elle effectue de la suppléance dans une classe de 5^e année de l’école Jacques-Rousseau. L’expérience s’avère déterminante : elle sera enseignante.

En 1982, Cécile obtient un baccalauréat en enseignement préscolaire et primaire à l’Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue : «On était un beau groupe, se souvient-elle, et on avait d’excellents professeurs».

Sa première affectation sera l’école de Mont-Brun où elle enseigne pendant 3 ans. Ensuite, Granada, son village natal, pendant 11 ans. Puis, pendant six ans, elle occupe des fonctions de direction, notamment à Montbeillard de 2002 à 2004. Puis, c’est le retour à l’enseignement : Cléricky, Rouyn-Noranda et, enfin, Montbeillard où elle anime, depuis septembre dernier, les 11 élèves de la 1^{re}, 2^e et 3^e années. Manifestement, Cécile se plaît à enseigner dans des petites écoles en milieu rural : «C’est mon premier choix», précise-t-elle. «On y a plus d’autonomie et c’est plus facile de mobiliser tout le monde derrière un projet». Elle apprécie la collaboration des parents de Montbeillard. L’an prochain, elle souhaite les associer encore davantage au travail scolaire.



Cécile a deux enfants : une fille, comédienne de 28 ans vivant à Montréal, et un garçon de 24 ans, étudiant en génie chimique à l’Université de Sherbrooke. Elle demeure depuis peu à Montbeillard à la Baie de l’Original : «Demeurer à proximité d’un vaste plan d’eau, confie-t-elle, c’est un rêve que je caressais depuis des années».

Dans six ou sept ans, Cécile prévoit prendre sa retraite. Elle sait d’ores et déjà qu’elle consacrera beaucoup de temps à l’artisanat et à l’action bénévole. Dans l’intervalle, il y a fort à parier qu’elle poursuivra son travail auprès des enfants de Montbeillard, son tout nouveau chez-soi.

Textes et photos : Pierre Beaulieu



Chronique des Fermières

La prochaine réunion régulière est prévue le 6 mars à 19 h à la salle communautaire en débutant avec une démonstration au tricotin. Le local des membres-fermières est ouvert les lundis et mardis. Nous nous organiserons, dans la mesure du possible, pour répondre à celles qui auront besoin d'aide en tricot ou couture, mais vous devez contacter Jeannine Toupin (819 797-1876) pour connaître la disponibilité des métiers à tisser. L'atelier de broderie avec une formatrice est prévu le 5 mars. Celles qui sont intéressées à se joindre à ce groupe, n'hésitez pas à contacter Nicole Caya au 819 279-2071. Nous prévoyons faire un atelier de tissage d'une petite pochette pour le Concours Artisanat Jeunesse au cours du mois de mars.

Mars est le mois de la nutrition : bien se nourrir, c'est se donner la chance de conserver sa santé.



Michelyne McFadden, présidente

mich_mc77@hotmail.com - Tél. : 819 797-2716

Association des riverains du lac Opasatica (ARLO)

Soirée d'information le 27 mars

Connaissant l'intérêt des riverains et des riveraines à améliorer et protéger la santé de leur lac par le succès qu'a connu la soirée d'information sur les installations sanitaires le printemps dernier, l'ARLO récidive cette année en y ajoutant des sujets qui, en plus de vous renseigner, pourront vous être fort utiles.

Vous désirez savoir :

- Quelles sont les modifications légales à venir à propos des installations sanitaires au niveau provincial?
- Comment la Ville de Rouyn-Noranda projette de faire la gestion des vidanges des fosses septiques?
- Si vous demeurez en zone inondable et quelles en sont les implications?
- En quoi le nouveau plan d'urbanisme vous affectera ?

- Ce que vous devez savoir avant de faire creuser un puits. Comment entretenir votre puits. Comment choisir un bon système de traitement d'eau potable.

Voilà autant de questions auxquelles Matthieu Cloutier, chef inspecteur à la ville de Rouyn-Noranda, se fera un plaisir de répondre **mardi 27 mars 2012 à la salle communautaire de Montbeillard dès 19 h.**

Au plaisir de vous rencontrer.

Riverainement vôtre
Agnes Champagne
Association des riverains
du lac Opasatica (ARLO)

Nouvelles de la Biblio

En nous faisant un don d'équipement sportif, Kino-Québec veut promouvoir la santé par le plein air. Le don remis à notre bibliothèque de 4 paires de raquettes, soit 2 ensembles pour adultes et 2 ensembles pour enfants, invite les gens de chez-nous à profiter des beautés de l'hiver.

Les Sentiers de la Baie Verte offrent une occasion de sortie familiale dans un décor magnifique. Votre biblio prêtera les raquettes de la façon dont elle prête un livre, mais moins longtemps afin que plus de gens en profitent. Nous espérons encourager une belle ouverture sur le grand livre de la nature. Allons jouer dehors! Vive les plaisirs de l'hiver!

Grand froid ou tempête

Afin d'éviter un inutile aller-retour, nous invitons nos abonnés à effectuer un appel téléphonique lors d'un phénomène atmosphérique rendant le déplacement ardu ou impossible. Notre numéro de téléphone est le 819 797-7110, poste 2988

Diane St-Onge

Nouvelles de l'Âge Joyeux

Un bel hiver pas trop froid, profitez encore du mois de mars pour des activités de plein air : raquette, marche et pêche sur glace avec notre beau lac Opasatica accessible à tous. Bonne fin de saison.

N'oubliez pas, tournoi de dards le 24 mars, fin de la saison des jeux, donc à tous ceux qui jouent à d'autres jeux venez vous joindre à nous pour le dîner.

Visite de l'infirmière tous les troisièmes mardis du mois à 13 h 15.

Le brunch mensuel a toujours lieu le troisième dimanche du mois.

Activités de mars 2012

Brunch :	18 mars	10 h à 13 h	adulte : 6 \$ et enfant : 6 à 9 ans : 3 \$
Infirmière :	20 mars	13 h 15	visite de l'infirmière
Réunion si besoin :	21 mars	13 h 30	
Tournoi de dards	24 mars	9 h	fin de la saison

Bienvenue à tous

Bienvenue à tous

Jayne Bessette, trésorière-archiviste.

Le mot de l’infirmière **Mars, mois de la nutrition**

Voici quelques suggestions pouvant vous aider à surmonter certains obstacles à une saine alimentation.

« *Je n’ai pas le temps de préparer des repas sains* »

- Planifiez vos repas à l’avance. Préparez une liste d’épicerie pour vous assurer d’avoir tous les ingrédients sous la main. Il vous sera plus facile de préparer vos repas en un rien de temps.
- Demandez aux membres de votre famille de commencer à préparer les repas dès leur arrivée à la maison.
- Pour réduire le temps de préparation, achetez des aliments sains pré-préparés comme des légumes surgelés, des sacs de légumes verts à salade.
- Préparez certains aliments à l’avance. Conservez-les ensuite au congélateur : soupes, ragoûts, lasagnes, bœuf haché cuit, riz cuit ou pâte à pizza.

« *Je ne sais pas quels sont les meilleurs aliments à manger* »

- Souvenez-vous des suggestions du Guide alimentaire canadien :
- Mangez au moins un légume vert foncé et un légume orangé à chaque jour.
- Choisissez des légumes et des fruits qui contiennent peu ou pas de sucre ou de sel ajouté.
- Consommez des légumes et des fruits de préférence aux jus.
- Consommez au moins la moitié de vos portions de produits céréaliers sous forme de grains entiers.
- Choisissez des produits céréaliers plus faibles en lipides, sucre ou sel.
- Buvez chaque jour du lait écrémé ou du lait 1% ou 2% M.G. Buvez des boissons de soya enrichies si vous ne buvez pas de lait.
- Choisissez des substituts de lait plus faibles en matières grasses.
- Consommez souvent des substituts de la viande comme des légumineuses ou du tofu.
- Consommez au moins deux portions du Guide alimentaire de poisson chaque semaine.
- Choisissez des viandes maigres et des substituts préparés avec peu ou pas de matières grasses ou sel.
- Buvez de l’eau pour étancher votre soif.
- Limitez votre consommation d’aliments et de boissons riches en calories, lipides, sucre ou sel.

Tiré de : Santé Canada

Source :

Carole Pelchat

Infirmière clinicienne

Centre de santé et de services sociaux de Rouyn-Noranda

Secteur Montbeillard-Rollet

www.csssrn.qc.ca

Le mot de l’agent de développement **Si sauver des vies vous intéresse**

Saviez-vous que vous aviez un pouvoir de vie ou de mort sur vos concitoyens ? Oui, vous avez bien lu ! Être un premier répondant d’urgence, c’est détenir ce pouvoir. Le quartier de Montbeillard pourrait bénéficier d’un atout important en matière de soins de santé, et j’ai nommé les « Premiers répondants ». Les premiers répondants sont des gens formés à intervenir pour les urgences médicales avant l’arrivée des ambulanciers. Advenant une urgence médicale, les premiers répondants reçoivent un appel du service de répartition 9-1-1 afin de se rendre directement sur place. Le bon côté de ce type d’intervention est la proximité des individus. Sachant qu’une ambulance peut prendre jusqu’à 40 minutes pour intervenir dans le quartier de Montbeillard, il va de soi que la présence de premiers répondants dans la communauté est un atout majeur pour sauver des vies. De plus, l’éloignement du quartier par rapport à l’hôpital, ajouté au vieillissement de la population, révèle un besoin grandissant pour ce type d’intervenant.

Cependant, il est impossible d’implanter un programme de premiers répondants dans le quartier sans deux éléments incontournables : des volontaires locaux et la prise en charge du milieu pour assurer la prestation du service (faire l’horaire des intervenants, s’assurer du suivi des dossiers d’intervention, etc.). L’Agence régionale de santé s’occupe de défrayer tous les coûts de formation des premiers répondants ainsi qu’un appui logistique (système de téléavertisseur, équipement, etc.). Ainsi, les volontaires pourront obtenir jusqu’à 60 heures de formation, dépendamment des besoins. Toutefois, il est du devoir du milieu d’assurer la logistique entourant la mise en place de premiers répondants. Le défi est loin d’être impossible à relever. Il nécessite seulement des personnes intéressées à prendre le flambeau pour assurer ce service, qui peut contribuer à sauver des vies : c’est une grande responsabilité mais les impacts sur la communauté se comptent en vie humaines sauvées, ce qui n’a pas de prix.

Ainsi, nous avons besoin de deux éléments clé pour réaliser le projet : des volontaires et un organisme prêt à fournir un support logistique pour appuyer les premiers répondants

Si vous voulez vous portez volontaire ou avez besoin de plus amples informations, n’hésitez surtout pas à communiquer avec moi. Il me fera plaisir de vous accompagner dans cette démarche.

Bonne semaine à vous tous.

Ian-Thomas Bélanger, Agent de développement rural (secteur Ouest)

Tel : 819-797-7110 # 2987

Courriel : ian-thomas.belanger@rouyn-noranda.ca

Visages de Montbeillard Jocelyne Gauthier et Marcel Groleau



Les grands-parents maternels de Jocelyne Gauthier sont venus de Québec en 1934. Sa grand-mère maternelle, Maria Morin, professeur, habile couturière, a gardé plusieurs enfants handicapés. Son grand-père maternel, Hilaire Toupin, fut cuisinier dans les camps de bûcherons. C'était un homme fier de son jardin qui a défriché sa terre comme les autres défricheurs du début de la colonie. Il n'avait pas peur de l'ouvrage. L'été, il aimait aller aux petits fruits et, l'hiver, à la pêche sur la glace au lac Écho. N'ayant pas d'auto, chaque semaine il se rendait à Rouyn-Noranda en autobus pour faire les commissions. Il avait 5 garçons et 3 filles, dont l'aînée, Pierrette, la mère de Jocelyne, qui fut, elle aussi, professeur pendant 17 ans pour ensuite aider son mari, Roger Gauthier, dans l'administration de son entreprise de fabrication de boîtes de minerais jusqu'en 1980.

Roger Gauthier est le fils de Marie Berthe Denis et de John Gauthier arrivés de Québec en 1934 avec le grand-père Joseph horloger de son métier qui a travaillé dans le

bois et dans les mines pour les compagnies de forage. Ils ont eu, eux aussi, 5 garçons et trois filles dont Roger l'aîné qui a travaillé, très jeune, dans les chantiers et ensuite dans différentes mines telles la Sénateur, la Falconbridge, la Lac Dufaut, la Quemont et même à Elliot Lake en 1956-1957 avant de pouvoir vivre de son entreprise, la manufacture Alrog inc.

Roger et Pierrette ont uni leur destin à Montbeillard en 1951. Roger fut policier à la Ville de Rouyn de 1964 à 1972. Il fut très impliqué dans la paroisse Saint Joseph à titre de marguillier. Membre des Chevaliers de Colomb, il s'est occupé de la guignolée pendant de nombreuses années. Pierrette et Roger ont eu 4 enfants : l'aînée Jocelyne, Alain, son voisin, Christiane qui est décédée à la naissance et Guylaine qui demeure à Évain. Une belle famille ! Roger était un homme d'action, toujours plein de projets. Hélas ! il est décédé subitement en août 2008.

Jocelyne a suivi une formation de secrétaire médicale à Val-d'Or alors qu'elle demeurait à Matagami et à Amos mais il n'était pas évident de travailler dans ce domaine. Elle se faisait souvent demander de garder des enfants ce qu'elle fit jusqu'au jour où elle eut trois garçons, dont un couple de jumeaux, nés entre 1976 et 1979. Elle garda même les trois petites voisines Blanchette. Elle a fait partie du comité de parents de l'école. Pendant 20 ans, elle assumait la surveillance des dîneurs.

Elle a été surveillante de nuit et cuisinière par la suite au Domaine Fatima. Depuis 25 ans, elle est bénévole à la bibliothèque et membre des Fermières. Elle est aussi représentante Avon. Tricoter, faire du métier, cuisiner, recevoir des amis, lire, assister à des spectacles, voyager sont ses principaux loisirs. Une vie bien remplie comme on peut le constater.

Les grands-parents maternels de Marcel Groleau sont Melvina Patry et Joseph Paul de Bouchette. Ses grands-parents paternels sont Louise Vallée et William Groleau de Rippon. Ses parents sont Pierrette Paul et Émile Groleau qui ont eu quatre enfants : Alice, fille adoptive qui demeure à Matagami, Diane de Rouyn-Noranda, toutes deux des gardes-malades retraitées, Marcel et un frère Daniel qui demeure à Timmins.

Marcel est né à Rippon près du lac Groleau en Outaouais. Sa mère, elle, est née au Témiscamingue et elle a grandi dans le rang de la mine Aldermac. Ses parents se sont mariés en 1946 et ils se sont installés à Montbeillard, en 1952, dans le rang 6 et 7 (aujourd'hui le Rang du lac Boisclair) voisin de Marc Bertrand. Pierrette, la mère de Marcel travaillait à la ferme et elle avait son jardin et sa serre dont elle était particulièrement fière. Elle a fait le ménage au Domaine Fatima ainsi que la surveillance de nuit. Le père de Marcel est déménagé à Rouyn-Noranda avec son épouse. Il avait travaillé pendant plusieurs années pour les Forages Hosking. À sa retraite, il aida son fils Marcel à bâtir sa maison là où Marcel et Jocelyne demeurent depuis 1977. Par la suite il est devenu presque aveugle.

Marcel fut mineur à la mine de Virginiatown. Jocelyne Gauthier et Marcel Groleau se sont mariés le 26 août 1972 devant le curé Jean-Claude Labbé. Marcel a également travaillé pendant deux ans comme électricien à la mine Orchan à Matagami. Ensuite, il a travaillé à Amos pendant un an pour l'entrepreneur Gingras et Frères. Ayant acquis sa licence d'électricien, il travailla à la Fonderie Horne de 1974 à 2005. C'est un homme qui ne lâche pas. Retraité depuis 2005, il a repris le travail à mi-temps pour des entrepreneurs recherchant ses compétences. Dans ses loisirs il aime bricoler dans son garage. On lui demande souvent de régler des problèmes d'électricité. «Un électricien, selon Jocelyne, c'est un peu comme un docteur, c'est souvent sur appel !». Tous deux ils aiment les voyages dans le sud avec des amis. Ils aiment aussi voyager au Canada où on a de bien belles choses à découvrir. Ils ont trois garçons : Jonathan, caissier chez Wal-mart, Sébastien qui travaille sur la rive sud de Montréal et son jumeau Michael qui travaille, depuis quelques années, comme technicien en instrumentation à Raglan et, très bientôt à Fermont avec sa conjointe, ingénieure minier, pour le Plan Nord.

Voilà des vies bien remplies de personnes actives dans la paroisse de Montbeillard, des personnes toujours souriantes qui font beaucoup de bénévolat. Ce fut un plaisir de vous rencontrer. Vous êtes un actif pour la paroisse.

Texte et photo : André Bergeron