

# 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 SUPÉRIEURE
- SABOT D'ENFONCEMENT HD À BOUTONS DE CARBURE

### FORAGE À ANGLE

- APPLICATION MINIÈRE
- FORAGE SPÉCIALISÉ



**Puitbec** GROUPE  
1-800-567-5829 · WWW.PUITBEC.COM

L'EXPERTISE  
DU FORAGE  
ADAPTÉE À VOS PROJETS

journallepont@hotmail.com



## Les loisirs de Palmarolle Inc. Soirée vins et fromages

Samedi le 25 avril 2015, 18h  
Le 1<sup>er</sup> service sera à 19h  
À l'Atréna Rogatien Vachon

50.00\$

Entrée pour une personne

# Au-delà du billard et des poches...

Page 3



## GO LES JAMBES

Marche / course à Palmarolle  
2,5 Km, 5 Km, 10 Km et 15 Km

4<sup>e</sup> ÉDITION  
9 MAI 2015

# 4<sup>e</sup> ÉDITION 9 MAI 2015

Page 15



GO LES JAMBES



1<sup>re</sup> rangée, de gauche à droite : Françoise Mongrain Boulet et Jacqueline Nolet.  
2<sup>e</sup> rangée : Raphaël Leclerc, formateur, Suzanne Roy, Nicole Morin Dorval, M. le maire, Marcel Caron, représentant la municipalité, Denise Fortier et Francine Boulet, présidente régionale de la FADOQ.

**AMECQ**  
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS  
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC



Culture  
et Communications  
Québec

Ce projet est réalisé grâce à une contribution financière provenant de l'entente de développement culturel intervenue entre le Journal Le PONT de Palmarolle et le ministère de la Culture et Communications.

# MUNICIPAL

Prochaine séance du conseil: 7 avril 2015

La séance a lieu à 20 h, au 499, Route 393 Palmarolle

Prenez note que si vous avez des demandes pour le conseil, celles-ci doivent parvenir au bureau municipal au plus tard le lundi précédent, soit une semaine à l'avance. Passé ce délai, vos demandes ne seront traitées qu'à la séance du conseil suivante.

## Sommaire

Chronique de Jépi	4
Communautaire	3 à 11
Grenier aux souvenirs	13
Environnement	12
Finances	16
Loisirs	14-15
Municipal	2 - 3
Un brin d'histoire	5
Santé	8

JOURNAL **LE PONT**  
de PALMAROLLE

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président :	J.- P. Robichaud
Vice-présidente :	Christiane Plante
Secrétaire :	Clarisse Vachon
Trésorière :	Denise Mercier
Administrateurs :	André Chrétien Carolle Hamel Dominique Aubin
Rédacteur en chef :	André Chrétien

Placez votre publicité  
dans **LE PONT**

**C'est une visibilité  
incontournable**

Tiré à 640 exemplaires

1/8 page - carte professionnelle 18 \$

1/4 page 25 \$

1/4 page couverture 40 \$

1/2 page 40 \$ - Page 70 \$

annonces classées 5 \$

[journallepont@hotmail.com](mailto:journallepont@hotmail.com)

C. Plante 819 782-4233  
A. Chrétien 819 787-2996

**Tombée: 18 du mois (avant 13 h)**

## RESPONSABLE DES CHIENS

La municipalité de Palmarolle est à la recherche d'une personne qui sera responsable de l'application du règlement n° 256 concernant la réglementation et l'enregistrement des chiens dans les limites du territoire de la municipalité de Palmarolle, et ce, à compter du 1<sup>er</sup> avril 2014. Si le poste vous intéresse, vous devez présenter votre candidature au bureau municipal au 499, route 393 à Palmarolle et nous vous informerons de toutes les modalités et exigences concernant le poste.

## COMPTES DE TAXES 2015

Le premier versement doit être effectué le trentième (30<sup>e</sup>) jour qui suit l'expédition du compte. Dans ce cas-ci, pour l'année 2015, le premier versement sera le 1<sup>er</sup> avril. Le deuxième sera le 1<sup>er</sup> juin, le troisième versement, le 3 août et le quatrième et dernier versement, le 1<sup>er</sup> octobre.

## LE MOIS D'AVRIL « MOIS DE LA JONQUILLE »

Le mois d'avril est maintenant décrété le *Mois de la Jonquille*, et la Société canadienne du cancer lance annuellement un vaste mouvement de solidarité au Québec pour changer le cours des choses et aider des dizaines de milliers de Québécois et Québécoises dans leur combat. La jonquille est le symbole de vie de la Société canadienne du cancer dans sa lutte courageuse que nous menons ensemble contre le cancer.

La municipalité de Palmarolle unit sa voix à celle de la Société canadienne du cancer et a appuyé, par résolution lors de la séance du conseil du 2 mars dernier, la demande de celle-ci afin de décréter le mois d'avril, *Mois de la Jonquille*.

L'argent recueilli pendant le *Mois de la Jonquille* fait une réelle différence et contribue à aider la Société canadienne du cancer à financer des projets de recherche qui sauveront des vies et vous invite à accorder généreusement votre appui à la Société canadienne du cancer.

Avril 2015						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## CONGÉ DE PÂQUES

Prenez note que le bureau de la municipalité sera FERMÉ le Vendredi saint 3 avril et le lundi de Pâques 6 avril.

Nous vous souhaitons un merveilleux congé de Pâques en famille avec les gens que vous aimez! Et si vous devez vous déplacer sur les routes, soyez toujours prudents et vigilants! N'oubliez jamais que quelqu'un qui vous aime vous attend... en vie!

## Saviez-vous que....

Chaque propriétaire a l'obligation d'installer un clapet de non-retour lorsque sa propriété est desservie par le service d'égout municipal?

En avril 2006, votre municipalité adoptait le règlement n° 228 concernant l'obligation d'installer une soupape de sûreté (clapet de non-retour). Effectivement, depuis cette date chaque propriétaire devait installer et maintenir en bon état, à ses frais, une soupape de sûreté afin d'empêcher tout refoulement des eaux d'égout dans sa résidence.

Si votre maison était déjà existante à cette date, vous aviez jusqu'au mois d'avril 2007 pour vous conformer à ce règlement. Par la suite, si un refoulement d'égout se produisait dans votre domicile et que vous ne vous êtes pas conformé au règlement, la municipalité ne peut être tenue responsable des dommages.

Vous n'êtes pas certain que votre résidence soit dotée d'une telle installation?

Veillez à le vérifier et à vous assurer que celle-ci fonctionne correctement!

Notez que les normes d'entretien et d'installation d'une soupape de sûreté sont régies par le Code national de plomberie.

Faites appel à un professionnel!

# Au-delà du billard et des poches...



André Chrétien

***Souvent dans l'esprit des gens, quand il est question de clubs de l'âge d'or, du Club Bon Temps, on pense à : parties de cartes, parties de billard, de soirées de danse, de tournois de baseball poche... Ce sont là des activités de loisirs des membres de ces clubs.***

Au-delà de cela, les clubs affiliés à la FADOQ offrent des séances de cours en nouvelles technologies telle une initiation à l'utilisation de la tablette Apple, le I Pad. Madame Francine Boulet, présidente régionale de la FADOQ, a accepté avec empressement de répondre aux questions du journal sur cette nouvelle initiative qui connaît un grand succès chez nous depuis plus d'un an.

Toute implication d'une nouvelle activité dans un milieu demande du travail et une bonne planification. D'abord, il fallait trouver un formateur pour dispenser 16 heures de cours à deux groupes de six à huit personnes, en quatre semaines consécutives. Avec l'aide de la SADC d'Abitibi-Ouest, on a réussi à obtenir les services de monsieur Raphaël Leclerc, lui-même à l'emploi de

cette organisation comme conseiller en nouvelles technologies.

Il fallait ensuite trouver un local muni d'un service Internet, ce qui fut possible grâce à la municipalité de Palmarolle qui a offert gratuitement ce local à l'aréna local. C'est bien d'offrir un nouveau service, mais il faut le faire savoir... c'est donc par Internet, par Facebook et par un encart publicitaire dans le Journal Le Pont de Palmarolle qu'on a rejoint nos candidats potentiels. Comme toujours, bien sûr, le bouche à oreille a aussi contribué à la réussite d'une première inscription.

Après seulement quelques jours, nos contingents étaient déjà complétés. Ces cours répondent vraiment à un besoin chez les 50 ans et plus; plusieurs d'entre eux reçoivent comme cadeau des tablettes I Pad de leurs enfants et même de leurs petits-enfants. C'est bien connu que, quand on a réussi à maîtriser cette technologie, on ne peut plus s'en passer. En plus d'être une source de renseignements inépuisable, c'est aussi un moyen de communication sans précédent.

Le programme consiste dans un premier



temps à l'initiation et à l'utilisation de base de la tablette I Pad de Apple. Dans les cours subséquents, on approfondira les notions importantes pour profiter pleinement de son instrument. Une partie des frais de ces cours est assumée par la FADOQ régionale et par une contribution de 60 \$ demandée à chaque participant (75 \$ pour les non-membres).

Dans l'avenir, la FADOQ, par le biais de votre club social, continuera dans cette veine à offrir à ses membres de telles activités. Elles sont en plus d'un enrichissement culturel, un excellent lubrifiant social, car elles brisent l'isolement en permettant une communication avec le monde entier... et, à la base, avec son entourage immédiat.

Le Journal Le Pont de Palmarolle s'associe à la FADOQ et à madame Francine Boulet pour leur offrir ses pages pour faire connaître à la population de Palmarolle les prochaines activités de cet ordre qu'ils offriront. On sait déjà que de nouveaux groupes sont déjà inscrits pour une nouvelle session en avril. Bravo et bon succès aux organisations dans la poursuite de vos objectifs!



## Développement domiciliaire à Palmarolle!

Considéré comme l'un des meilleurs territoires agricoles de la région abitibienne, Palmarolle est aussi en plein essor domiciliaire avec son nouveau développement situé à proximité d'une école primaire / secondaire, d'un parc, des services et des commerces du quartier. Située au cœur de l'Abitibi-Ouest, la municipalité possède une magnifique voie de navigation vers le Lac Abitibi de par la rivière Dagenais qui traverse le village d'est en ouest.

Tout est déjà en place pour répondre aux besoins de jeunes familles et futurs résidents en offrant un milieu de vie des plus attrayants. Palmarolle est si bien centré qu'il est facile d'accéder aux villes et aux villages avoisinants pour le travail ou les loisirs, peu importe la direction, du nord au sud ou d'est en ouest!

Plus de 14 terrains en zone urbaine sont présentement disponibles dont trois sont situés à proximité de la rivière Dagenais. La superficie des terrains varie de 905,8 m<sup>2</sup> à 1494,7m<sup>2</sup>. Les prix varient en fonction de la superficie et de l'emplacement. De plus, huit terrains en zone rurale sont également disponibles dans un secteur de villégiature exceptionnel sur le chemin de la Sauvagine tout près de la ceinture du Lac Abitibi! Vous trouverez les plans des terrains disponibles sur notre site internet au <http://palmarolle.ao.ca/fr/>, en tapant « terrains disponibles » dans la barre de recherche.

Pour toutes informations supplémentaires, contactez Annie Duquette au 819 787-2303, poste 22.

**TERRAINS DISPONIBLES DÈS MAINTENANT**



## Histoire de pelle

Êtes-vous tannés de pelleter vous-autres? Moi aussi! Depuis novembre, jusqu'à aujourd'hui, à raison de deux ou trois fois par semaine : au moins 40 sorties dans ce froid polaire où j'ai empoigné cette foutue pelle, et je l'ai poussée, poussée... Ça commence à faire! Tan-né!!

Et quand t'as tout gratté et que tu admires, exténué, les bras ballants, mais tout de même satisfait, toute cette neige montée de chaque côté de la cour, voilà-t-il pas qu'un grondement se fait entendre au loin. Tu tends l'oreille, puis tu fermes les yeux, essayant de ne pas imaginer la réalité de l'instant.

«Merde, la charrue!» Et tu devines déjà ton entrée de cour à nouveau bloquée de cette neige lourde, compacte, que cette maudite charrue se fait toujours un plaisir de te laisser en cadeau. Et tu te demandes, en te grattant l'entrejambe (dans toutes les cultures, l'homme qui se gratte l'entrejambe est en train de se demander ce qu'il fait là), ce que justement tu fais là à matin.

Merde, c'est ce que je profère tout haut, par politesse. Mais mon non-dit est en train de faire le tour de l'église, à énumérer tout ce qu'il voit. J'ai oublié beaucoup de choses apprises dans ma vie : le latin, le grec, l'algèbre, la Saint-Valentin; mais, c'est drôle, le saint contenu d'une église est profondément imprégné dans mon subconscient.

En regardant s'éloigner le mastodonte abhorré, masqué par une dense bourrasque de neige, je répète une deuxième fois la longue liste des objets qu'on m'a obstinément inculquée quand, tout jeune, je marchais au catéchisme. Je veux être sûr de ne pas en avoir oublié. Le bon vieux curé Fradette serait content que je me rappelle encore de ses enseignements.

Après avoir jeté un œil au monticule qui refermait mon entrée de cour, les bras encore ballants et endoloris, je me suis à nouveau gratté l'entrejambe, signe que j'étais en profonde réflexion. Puis j'ai regardé vers la porte, regardé à nouveau le monticule, la porte...et, abandonnant la pelle dret là, je suis rentré. Ma blonde m'a regardé, comme si j'étais un demeuré. Où j'en étais dans ma réflexion, j'admets que je devais avoir l'air un peu abruti. Dans ma tête, j'étais en train de troquer ma pelle à neige contre une pelle à sable. Savez cette petite pelle avec laquelle les enfants façonnent des châteaux de sable? Et justement, à ce moment-là, j'avais la folle envie de sauter par-dessus le monticule de neige poussé par la charrue et d'aller façonner des châteaux de sable.

Ma blonde, qui aime parfois me narguer, me lança : «La charrue t'a fait un beau cadeau?»



### Capsule clin d'œil

Il y a deux choses incontournables dans la vie : la mort et... les impôts.

La boutade me passa chaque côté. Puis c'est mon sourire qui l'intrigua. Avec le point d'interrogation qu'elle affichait dans le visage, je pense qu'elle me trouvait encore plus demeuré. Lentement, je me déshabillai, enlevai mes bottes, puis me coulai un espresso dont la première gorgée me brûla la langue.

« Tu sais, ma blonde, on a prévu partir pour le Sud fin avril », lui rappelai-je. « Eh! bien, en me grattant l'entrejambe tantôt, une idée m'est venue ».

« On sait bien, toi les idées te viennent toujours de l'entrejambe ».

Elle a cette façon de péter ma bulle... Mais qu'à cela ne tienne, je continuai :

« On a de la neige plein la cour, par-dessus la tête et moi, plein le c...! Ben tanné de pelleter! Demain je sors le motorisé de la grange. On devance d'un mois notre départ », débitai-je aussi résolument que je pus.

Elle me fixa, les sourcils arqués, voulant s'assurer que je ne blaguais pas.

« Et je ne blague pas », la rassurai-je aussitôt. Six jours plus tard, nous sommes en camping à Naples, Floride. Pas de neige, 32 chauds degrés. Et devinez ce qui m'est arrivé en me pointant dehors le premier matin? J'ai dû rebrousser chemin, fouiller pour dénicher ma petite pelle... à sable, puis ressortir et ramasser le caca de chien qui me narguait devant la porte.



**Un brin d'histoire** par Jean-Pierre Robichaud

# PALMAROLLE ET SON CURÉ



curé Éphrem Halde



Premier prêtre résident de Palmarolle, le curé Éphrem Halde est intronisé le 30 juin 1926. Déjà le pont couvert, construit en 1923, a permis de joindre les deux rives de la rivière Dagenais et d'unifier le village. Les premiers commerces et les résidences d'Adolphe Paradis, Amédée Bernier, Sylvio Bernier, Roméo (Marcoux) et Lucien Asselin s'installent au cœur du village. Le presbytère est édifié en 1927 et l'église en 1931. Jusqu'à sa mort, en 1961, le curé Halde exercera son ministère de grand bâtisseur.

Photos : vers 1928

## Prendre un p'tit coup

### Un brin d'histoire

*On organisait dans des maisons des petites « veillées » de danse; qui dit « veillée » dit « prendre un p'tit coup », mais pour prendre un p'tit coup, il fallait de la « bagosse » : pas de problème, on savait la fabriquer.*



*Les temps étaient durs, il fallait bien s'amuser un peu.*



André Chrétien

### Voilà la recette :

Il y avait aussi les violoneux, tapeurs de pieds, joueurs d'harmonica, etc. Par-dessus tout, il y avait de la boisson en abondance, et qui ne coûtait pas cher. On raconte que certains petits futés avaient construit un alambic dans le sous-bois de conifères, à l'autre bout d'une terre paternelle. C'était plus sécuritaire, car il était interdit de faire de la « bagosse » ainsi que de la bière, même pour usage personnel. Ils s'étaient procuré un grand tonneau en bois de chêne, ils fabriquaient d'abord de la bière à partir du malt qu'ils faisaient avec du grain d'orge, du houblon, du



sucré en poudre, de la chicorée, de la levure de boulanger. Et ce qui était de toute première importance, de l'eau de source, fraîchement cueillie. Ils obtenaient une belle bière blonde, très réputée. Leur alambic servait à faire de la « bagosse » distillée à partir de leur bière tellement pure en alcool, qu'elle brûlait complètement, si tu lui craquais une allumette dedans. De temps à autre, ils avaient de la visite à travers bois qui venait déguster. C'est ainsi que deux villageois leur ont rendu visite et sont repartis de très bonne humeur, en les remerciant gros comme le bras. Les débrouillards se faisaient de 25 à 30 litres de « bagosse » et environ 100 litres de bière, ce qui leur constituait une bonne réserve, mais ils en manquaient toujours d'une saison à l'autre.

On rapporte que leur petite brasserie artisanale aurait fonctionné tout près de six ans. N'ayant pas eu de plaintes portées, ils n'auraient jamais été dérangés par la police.

Contactez-nous : [journallepont@hotmail.com](mailto:journallepont@hotmail.com)



## MA QUÊTE DU BONHEUR

### C'est quoi une quête?

Sûrement une recherche sur soi, une analyse de notre comportement. Pour aller à la recherche du bonheur, il nous faut découvrir des pistes pour y accéder; pour réussir, il faut faire la différence entre PLAISIR, JOIE ET BONHEUR.

Le PLAISIR est une SENSATION AGRÉABLE qui ne se voit pas, ex. : (compliments).

La JOIE est un RESENTI procuré par les émotions profondes; ex.: (rire, sourire, entrain), ça se voit.

Et le BONHEUR, c'est ce qui vient de nous, UN ÉTAT MORAL DE PLÉNITUDE qui comporte une idée de durée, ça se voit... Tous les trois peuvent être accueillis mais le PLAISIR et la JOIE COMPLÈTENT le BONHEUR... (Selon dossier MFC du mois).

Des études sur les variations du degré de bonheur d'un individu à l'autre ont eu d'étonnants résultats. D'importantes recherches (de l'Université du Minnesota) sur les jumeaux ont montré que le degré de bonheur dépend pour la moitié, 50 % de facteurs génétiques; notre ADN est responsable de ce que les chercheurs appellent le « SEUIL DU BONHEUR ».

La vie est faite de hauts et de bas, mais c'est notre ÉTAT D'ESPRIT HABITUEL qui constitue la référence en matière de bonheur; la façon de percevoir aide cet état de « BIEN-ÊTRE ».

Les gens plus heureux ont une vision plus optimiste de la vie que les autres; 40 % de notre bonheur dépend donc entièrement de nous-mêmes... LES CLÉS de notre bonheur conscient seraient au nombre de quatre : la FAMILLE, l'ENTOURAGE, le TRAVAIL et la FOI.

L'autre 10 % me direz-vous? Il dépend des conditions de vie et des facteurs environnementaux souvent variables. Les liens sociaux sont nécessaires aux émotions positives qui préparent au bonheur: FOI, AMOUR, ESPOIR, ÉMERVEILLEMENT, GRATITUDE.

Ce qui compte, c'est la capacité à créer des liens et à les assumer... « L'AMOUR DOIT ÊTRE DONNÉ AUTANT QU'ÊTRE ACCUEILLI ».

(selon Sélection du R. Digest d'août 2014 et ou Frédéric Lenoir dont on a visionné l'entrevue lors de la rencontre, entrevue faite à *Tout le monde en parle* à Radio-Canada le dimanche 22 février 2015.

(Suite le mois prochain).

## SOUVIENS-TOI DU FUTUR... DANS TES ENGAGEMENTS

Date : le lundi 13 avril 2015, 13 h;

Où : Salle des Optimistes (en haut du Centre communautaire) à Ste- Germaine Boulé;

But : Prendre conscience de l'importance d'un engagement;

Objectif : Se conscientiser sur l'importance de nos responsabilités.

## Tribune libre



## Sorties à vélo



### Bonjour! je me présente, Julien Mercier

Je suis nouvellement emménagé à Palmarolle avec ma famille. Ma conjointe et moi sommes amateurs de vélo de route. Nous aimerions passer une annonce dans le Journal Le Pont concernant des sorties à vélo de route pour les citoyens qui sont intéressés, et ce, dès le mois d'avril.

L'activité est totalement gratuite et aurait lieu deux fois par semaine soit le mardi et le jeudi en fin de journée après le travail. Aucune inscription nécessaire et le départ se ferait de la Marina Dagenais à 17 h 45. L'heure de départ peut varier pour accommoder le plus de personnes possible.

Tant pour les amateurs que pour les plus expérimentés. Pour les mordus de vélo de route qui voudraient faire quelques kilomètres en groupe. Le vélo en peloton est une très belle expérience.

Pour information 819 520-0666

Julien Mercier



À la douce mémoire de  
**CLAUDE PILOTE**

(Domicilié à Ste-Julienne)

Décédé le 28 février 2015, à l'âge de 58 ans,  
au centre hospitalier de St-Charles-Borromée.

Claude laisse dans le deuil son conjoint, Gilles Campagna, ses frères et sœurs, beaux-frères, belles-sœurs et amis.

L'exposition des cendres aura lieu le 4 avril 2015, à la Résidence funéraire Labrèche située au 3283, 4<sup>e</sup> Avenue à Rawdon, à compter de 14 h.

Il y aura célébration de la Parole à 16 h 30.

*\*\*Un don à la Fondation québécoise du cancer serait apprécié.*



Vieux Grincheux



## Vous, c'est mon pééère...

L'émission *Tout le monde en parle* du 8 mars dernier recevait un dénommé Jacques Villeneuve, frère du célèbre coureur automobile canadien, Gilles Villeneuve. Quand Guy A. Lepage lui a adressé la parole, comme pour tous les invités, il l'a vouvoyé, ce qui est de mise dans de telles circonstances. Quelle ne fut pas ma désillusion de l'entendre, d'entrée de jeu, dire à l'animatrice : « Aie là! vous, c'est mon pééère, c'est pas moéé... » Sur le champ, il m'a enlevé le goût de l'écouter plus longtemps; d'ailleurs le reste de son interview ne fut qu'une suite de fadaïses...

Que de fois n'entend-on pas ce vieux cliché, maintes fois répété, quand on vouvoie quelqu'un : celui-ci se croit bien original quand il nous sert cette vieille phrase « quétaine », style vieux mon oncle...

C'est un choix que l'on fait de tutoyer ou de vouvoyer une personne selon les circonstances, selon l'intimité qu'on a avec elle ou selon nos principes de bienséance personnels. Le vous est en voie de disparition, il n'est pas rare de se faire accueillir au restaurant par une jeune serveuse de 16 ans en ces termes : « Qu'est-ce tu prends? » ou par cet ado d'une station-service qui nous dira comme salutation : « Veux-tu full? » alors que comme client, souvent, malgré leur jeune âge, vous les vouvoyez vous-même. Ce devrait être la première directive des propriétaires de tout

commerce à donner à leurs nouveaux employés : le **VOUVOIEMENT**, principe élémentaire de cordialité envers les clients.

Moi, le Vieux Grincheux, septuagénaire, quand un ti-cul de 15 ans me dit TU gros comme le bras, j'ai envie de lui demander si nous jouons dans la même équipe de hockey ou encore si on s'est connu à la maternelle... Ça doit être parce que je suis un vieux prétentieux ou bien que je suis complètement démodé, j'ignore sans doute que c'est une valeur de l'ancien temps que de dire « vous » aux personnes plus âgées, aux inconnus, aux étrangers, aux visiteurs, aux clients, etc.

Présentement, nous voyons à la télé une campagne publicitaire qui nous encourage à créer un environnement plus accueillant pour les touristes en décorant nos propriétés, en ramassant nos « traîneries » et nos cochonneries autour de nos , en mettant hors du regard des visiteurs et des résidents nos machineries et objets hétéroclites qui déguisent le paysage. Cette publicité : **CULTURAT**, en plus d'être attrayante et bien orchestrée est fort pertinente. Il faudrait cependant y ajouter un élément : la qualité de l'accueil des touristes et des visiteurs dans notre région, à commencer par le langage et les termes dont on se sert pour les recevoir, le **VOUVOIEMENT** serait à remettre à la mode! Qu'en pensez-vous?

## Quelques définitions de mots ou d'expressions



André Chrétien

Issues du Dictionnaire des nouveautés de la langue

1. Être au bout du rouleau : Situation embarrassante quand on est aux toilettes.
2. Facebook : Le seul endroit où tu parles à un mur sans être ridicule.
3. Porte- clefs : Invention qui permet de perdre ses clefs d'un seul coup plutôt que de les perdre une à une.
4. Cravate : Accessoire servant à indiquer la direction du cerveau chez l'homme.
5. Coiffeur : Seul endroit où les Canadiens peuvent espérer une coupe.
6. Automobile : Contient 110 chevaux sous le capot et un âne derrière le volant.
7. Suppositoire: Invention qui restera dans les « annales ».
8. Les ex : C'est comme la prison, si tu retournes, c'est que t'as rien compris.
9. Pharmacie : Confiserie pour les vieux.
10. Archipel : Outil pour creuser des architrous.
11. Masochisme : Concept proche de la politesse : « Frappez avant d'entrer ».
12. La mort : C'est un manque élémentaire à la politesse, c'est un manque de savoir-vivre.



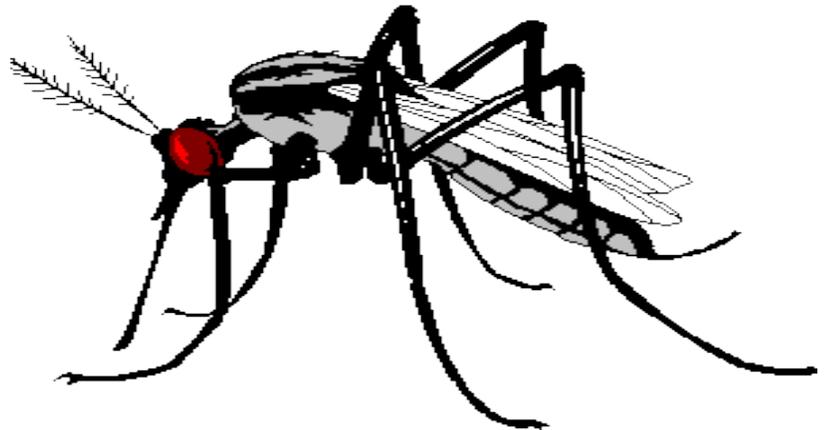
# Les maudites bibittes...!

Première partie



*Enfin, la neige commence à fondre. On a tellement hâte de profiter de nos journées d'été pour faire plein d'activités extérieures. Par contre, avec l'été viennent aussi les bibittes : les maringouins, mouches noires, puces, etc.*

En plus des désagréments habituels, les moustiques peuvent nous transmettre des maladies, dont le virus du Nil occidental. Cette maladie est présente dans de nombreux pays dont le Canada et les États-Unis, et ce, depuis 1999. La plupart des gens (70 à 80 %) qui contractent cette infection n'ont aucun symptôme. D'autres peuvent avoir une fièvre soudaine accompagnée de symptômes semblables à la grippe : maux de tête, douleurs articulaires, vomissements, diarrhée et éruption cutanée.



Le virus du Nil occidental se transmet habituellement par la piqûre d'un moustique qui s'est nourri sur un oiseau infecté. Dans de très rares cas, il peut se transmettre par transfusion sanguine, greffe d'organe, grossesse et allaitement. Il est impossible d'attraper le virus par contact avec les sécrétions ou les liquides biologiques. Très peu de gens (moins de 10 %) ont de graves symptômes. L'infection atteint alors le système nerveux central (cerveau et moelle épinière) et cause des raideurs au cou, nausées, vomissements, difficultés à avaler, somnolence, confusion, perte de conscience, faiblesse musculaire, difficulté à marcher, vision trouble et engourdissements. Le rétablissement peut prendre une semaine dans les cas bénins et jusqu'à un an dans les cas plus graves. La maladie peut parfois aussi être fatale. Les personnes qui restent avec des effets à long terme ont des symptômes physiques (maux de tête, fatigue, faiblesse musculaire), des effets mentaux (confusion, dépression, perte de mémoire) et des effets fonctionnels (activités de la vie quotidienne).

Les personnes âgées de plus de 50 ans, les personnes ayant une maladie chronique (diabète, cancer, maladie du cœur) ou celles recevant un traitement médical qui diminue le système immunitaire comme la chimiothérapie sont plus à risque de développer des effets graves de la maladie. Dans la plupart des régions du Canada, le risque est maximal de la mi-avril à la fin-septembre. Rappelez-vous que les moustiques sont plus actifs à l'aube et au crépuscule.

Le virus est diagnostiqué au moyen d'une combinaison des symptômes et des résultats de laboratoire. Il n'existe pas vraiment de traitement ou de vaccin, outre des analgésiques pour soulager les symptômes.

Le meilleur moyen de prévenir cette infection est d'éviter les piqûres de moustiques en réduisant votre exposition aux moustiques et en éliminant les sites de reproduction autour de votre propriété. Vous pouvez aussi utiliser un insectifuge contenant

du DEET, portez des vêtements clairs et vérifiez que les portes et les fenêtres sont bien fixées et qu'il n'y a pas de trou. Il faut aussi réduire les sites de reproduction des moustiques en évitant que l'eau s'accumule sur les poubelles, piscines, vieux pneus, etc.

Le virus du Nil occidental fait partie d'un programme de surveillance gouvernemental. Vous pouvez ainsi vous informer sur les régions les plus à risque. De plus, si vous trouvez un oiseau mort d'une autre cause qu'accidentelle, il vaut mieux en aviser le Service de la faune, puisque ceux-ci sont un bon indicateur pour déterminer les risques de contracter la maladie.

Les moustiques ne nous transmettent pas seulement le VNO. C'est ce que nous verrons le mois prochain.

Sur ce, profitez quand même du beau temps pour accumuler un peu de vitamine D!

# Assemblée générale annuelle

**8 avril**



Région  
Abitibi-Témiscamingue

**CLUB BON TEMPS  
DE PALMAROLLE**

Le conseil d'administration du Club Bon Temps de Palmarolle a le plaisir d'inviter tous ses membres à son assemblée générale annuelle qui sera tenue le 8 avril 2015, à 19 h 30, à la salle du club, 115, rue principale à Palmarolle.

Nous vous attendons, membres et non-membres de 50 ans et plus à venir partager et échanger vos idées.

Nous espérons vous voir nombreux à cette occasion. Tirage et goûter en fin de soirée.

## Les administrateurs sortants sont :

Mario Bégin	rééligible
Fernand Macameau	rééligible
Bertrand Châteaouvert	rééligible
Carolle Hamel	rééligible
Rosaire Plante	rééligible
Jean-Paul St-Pierre	mandat terminé

Pour information  
Francine Boulet 819 787-2518  
Lisette Laflamme 819 787-2693

# Saviez-vous que...

**la formation sentinelle est accessible en Abitibi-Ouest?**



Le Centre de prévention du suicide lance un appel à la population pour la mise en place de réseaux sentinelles en prévention du suicide dans plusieurs municipalités de l'Abitibi-Ouest.

## Qu'est-ce qu'une sentinelle?

C'est un adulte formé qui est en mesure de repérer les personnes en détresse et d'assurer le lien avec les ressources d'aide du territoire. Ce rôle repose aussi sur l'écoute, le réconfort et l'entraide qu'elles peuvent offrir aux personnes en détresse ou suicidaires.

Les sentinelles sont souvent des personnes significatives dans leur milieu, des atouts indispensables puisqu'elles nous permettent de rejoindre des personnes isolées qui ont souvent de la difficulté à demander de l'aide.

## Comment devenir sentinelle?

La formation sentinelle en prévention du suicide, d'une durée de 7 heures, est sous la responsabilité conjointe du Centre de prévention du suicide et d'une intervenante du Centre de santé et services sociaux des Aurores-Boréales.

Si vous désirez en savoir plus et/ou participer activement à un réseau sentinelle dans votre milieu, contactez-moi pour information ou inscription : Jocelyne Gagnon, coordonnatrice du Centre de Prévention Suicide A-O au 819 339-3356.

Je suis là pour répondre à vos questions et pour faire connaître nos services disponibles pour vous et vos proches, selon vos besoins.



# Déjeuner mensuel

Association québécoise  
des retraité(e)s des secteurs  
public et parapublic

**7 avril**

Veillez prendre note que le prochain déjeuner mensuel de l'AQR RP (Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic) aura lieu le mardi 7 avril, à 10 h 45, au restaurant du Motel Villa Mon Repos. Bienvenue à tous(tes). Pour plus d'information, vous pouvez contacter Marjolaine Fontaine au 819 787-3352.



*Gilles Fortier*

## Objet mystère



**Pouvez-vous deviner à quoi sert cet objet?  
Non, ce n'est pas une pipe.**



# Cercle de *Fermières*

Mélanie Pelletier, comité des communications

Déjà avril! Le printemps se fait sentir depuis peu. Nous commençons à penser à nos semences, nos fleurs, notre jardin. Oui! l'été finira par arriver. Le 22 avril ce sera la journée de la terre. Nous devrions tous penser à lui faire un peu plus attention puisqu'elle nous rend plusieurs services. Alors faites de petits gestes tous les jours afin de la garder belle et en santé.

Je tiens à rappeler à nos membres que nous attendons vos pièces pour le concours provincial. En effet, celles-ci doivent être apportées le 27 avril au local des fermières entre 13 h et 15 h. Nous invitons également les jeunes de 8 à 14 ans à décorer un sac sur le thème de l'halloween. Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter un membre du cercle de fermières et lui remettre votre création afin de pouvoir participer aux concours régional et provincial.

Cette année, le congrès régional se tiendra le 7 mai à Dupuy. Tous les membres peuvent y participer. Le coût de l'inscription est de 10 \$, repas du midi inclus.



Louise Gervais et Sabrina Lavoie

Lors de notre dernière rencontre, nous avons reçu M<sup>me</sup> Sabrina Lavoie qui nous a parlé du couponing. Nous avons appris le fonctionnement des coupons ainsi que les politiques de prix de certains magasins; qu'il est également possible d'aller sur Internet et de trouver des coupons de réduction sur plusieurs sites. Grâce à ces économies, vous pourrez réduire vos dépenses d'épicerie. Nous remercions Sabrina d'avoir pris quelques minutes de son précieux temps pour de venir nous parler.

Nous avons également élu une femme de l'année. Le hasard a favorisé madame Sylvie Corriveau.

**Concours du mois :**  
Pantoufles de bébé tricotées  
et galettes à la banane.

**Truc :**

Pour attendrir les viandes,  
les faire mariner dans la bière  
toute une nuit au réfrigérateur.

**Anniversaires du mois :**

<input type="checkbox"/> Angéline Beaudoin :	12
<input type="checkbox"/> Céline Lebel :	13
<input type="checkbox"/> Françoise Mongrain Boulet :	15
<input type="checkbox"/> Bernadette Aubin :	25
<input type="checkbox"/> Monique Hallé :	27

## Biscuits à la banane et pépites de chocolat



**Premier mélange :**

- 2 3/4 tasses farine
- 2 c. à thé poudre à pâte
- 1/4 c. à thé bicarbonate de soude
- 1/2 c. à thé sel

**Deuxième mélange :**

- 2 oeufs
- 1 tasse sucre blanc
- 1 c. à thé vanille
- 2/3 tasse margarine ramollie
- 1 tasse bananes en purée
- Pépites de chocolat au lait au goût

**Préparation :**

**Étape 1**

Dans un grand bol moyen, mélanger les ingrédients du premier mélange.

**Étape 2**

Dans un autre grand bol, mélanger les ingrédients du deuxième mélange.

**Étape 3**

Ajouter les pépites dans le premier bol, incorporer les ingrédients du premier bol dans le deuxième, puis bien mélanger.

**Étape 4**

Préchauffer le four à 375 °F et mettre une des grilles dans la plus haute section du four.

**Étape 5**

Déposer la pâte à biscuits par grosses cuillères à soupe sur une plaque à biscuits bien graissée.

**Étape 6**

Cuire de 15 à 20 minutes.

## Avis de convocation

# Assemblée générale annuelle

JOURNAL **LE PONT**  
DE PALMAROLLE

La population est invitée à l'assemblée générale annuelle du Journal Le Pont de Palmarolle qui aura lieu le mardi **12 mai** 2015, à 19 h, au Centre municipal de Palmarolle (porte latérale), petite salle en haut.

- Information sur l'organisme;
- Rapport d'activités du conseil d'administration et de la présidence;
- États financiers;
- Orientations pour 2015-2016.
- Trois postes en élection :  
(personnes déjà en fonction sont rééligibles).

Bienvenue à tous!

Jean-Pierre Robichaud, président

## PROPOSITION DE SERVICES JURIDIQUES à Macamic



*Bigué* AVOCATS

Bigué AVOCATS constitue une étude légale comptant deux bureaux principaux à Amos et à Val-d'Or et deux bureaux satellites : Macamic et Matagami. Nous nous rendons à Macamic une journée par semaine, soit le mercredi, et sommes localisés au **81-A, rue Principale à Macamic**; nous sommes ouverts de 8 h 30 à 17 h. Nos avocat(e)s desservent donc l'ensemble du territoire Abitibi-Témiscamingue. L'étude est implantée depuis 35 ans et compte six avocats(es) à temps plein.

Nos champs d'activités principaux sont le litige incluant le droit municipal, administratif, responsabilité civile, responsabilité contractuelle. Nous assurons aussi le service de litige auprès des citoyens: matrimonial, protection de la jeunesse, ... Nous offrons un service de conseil, rédaction d'opinions juridiques, analyse de contrat, perception de comptes ainsi que médiation familiale. L'étalement de nos services assure la proximité à la clientèle.

Notre méthode de travail, lors du traitement d'un dossier, constitue en l'ouverture du dossier, l'écoute de la situation expliquée par le client, son analyse, un compte-rendu et des rapports d'étapes. Nous adressons copie de toute correspondance reçue. Nous communiquons aussi avec les clients qui le désirent par courriel, ce qui est plus expéditif.

Nous comptons deux avocats de plus de 30 ans d'expérience, une avocate de plus de 10 ans et quatre avocat(e)s entre 1 et 3½ ans d'expérience.

Nous avons comme devise de donner « l'heure juste » à la clientèle et d'assurer nos services dans des délais expéditifs.

Veillez agréer, Mesdames, Messieurs, nos salutations distinguées.

**Bigué, AVOCATS**

M<sup>e</sup> Louis Bigué et son équipe

## Entretien Ménager I.D



*Lavage de tapis*  
*Lavage de plancher*  
*Lavage de vitrine*  
*Grand lavage*  
*Décapage*  
*Cirage*  
*Polissage*



Prop : David Lucas  
entretienmenager-id@hotmail.com

Nous sommes en pleine croissance et passionnés par la propreté. Nous vous offrons des prix imbattables et compétitifs avec une qualité de travail supérieure.

Nous offrons nos services dans toute la région de l'Abitibi-Ouest, autant résidentiel que commercial et ce, avec une estimation gratuite!

Pour information : Isabelle ou David  
Tel : 819 783-2084 - Cell : 819 301-1673

# CHRONIQUE VERTE



VOLUME 6, NUMÉRO 4 AVRIL 2015

## MÉNAGE DU PRINTEMPS : PENSEZ AU RÉEMPLOI DE VOS ENCOMBRANTS

C'est le printemps et vous faites votre grand ménage? Vous avez des gros objets et vous souhaitez vous en départir? Alors vous devez vous poser la question suivante : est-ce que cet objet est encore fonctionnel et pourrait être utile à quelqu'un d'autre?

Si la réponse est **oui**, sachez que bon nombre d'organismes sur le territoire acceptent vos gros objets ou encombrants réutilisables, et leur offrent une **seconde vie**.

### OÙ DÉPOSER MES ENCOMBRANTS FONCTIONNELS ?

Voici quelques organismes et des exemples de catégories de gros objets ou encombrants qu'ils acceptent:

#### **Ressourcerie Le Filon vert**

Accessoires de maison  
Appareils électriques de maison  
Articles pour bébé/jouets  
Articles de sport  
Bicyclettes  
Électroménagers  
Matériel électronique  
Meubles  
Moteurs électriques  
Téléviseurs

#### **Friperie au Coin de l'entraide**

Accessoires de maison  
Appareils électriques de maison  
Articles pour bébé/jouets  
Articles de sport

#### **Carrefour jeunesse emploi – Projet VROOM**

Articles de sport  
Bicyclettes

#### **Maison de la famille de La Sarre**

Articles pour bébé/jouets

#### **Plusieurs comptoirs familiaux**

peuvent également accepter certains encombrants fonctionnels. Renseignez-vous auprès d'eux :

- Centre d'entraide familial, Normétal
- Centre de dépannage de Rapide-Danseur
- Centre familial La Sarre
- Comptoir familial de Macamic
- Réseau de solidarité de Dupuy

Source : Répertoire des récupérateurs,  
MRC d'Abitibi-Ouest

Certains organismes acceptent d'autres matières. Informez-vous auprès d'eux.



### QU'EN EST-IL DE LA COLLECTE DES ENCOMBRANTS?

Plusieurs municipalités du territoire de la MRC offrent la collecte des encombrants.

Cette collecte est mise en place pour les gros objets (encombrants) d'origine résidentielle qui ne sont plus fonctionnels et qui ne peuvent plus être réutilisés.

Quelques matières issues de ces collectes peuvent être triées et valorisées. Cependant, le tri à la source par le citoyen permet de détourner de l'enfouissement un maximum de matières.

Alors, si vous avez de gros objets fonctionnels et/ou réutilisables, acheminez-les à un récupérateur. Ainsi, vous ferez plaisir à quelqu'un qui en a besoin et vous aurez posé un geste de développement durable!

Informez-vous auprès de votre municipalité pour connaître les dates et modalités de collecte des encombrants, ainsi que la liste des matières acceptées.

#### Écocentre et Centre de valorisation des matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre  
☎ 819 333-2807



Des questions?  
Écrivez-nous:  
bottinvert@mrcao.qc.ca

#### MRC d'Abitibi-Ouest

6, 8<sup>e</sup> avenue Est, La Sarre J9Z 1N6

☎ 819-339-5671  
☎ 819 339-5400  
✉ mrcao@mrcao.qc.ca



**De l'aide financière pour les activités régionales de loisir, pour les activités de loisir et de sport en milieu rural et pour les activités régionales de loisir et de sport pour les aînés de l'Abitibi-Témiscamingue**

**– Loisir et Sport lance le premier volet des trois programmes d'assistance financière :**

- ↪ *Programme de soutien aux activités régionales de loisir de l'A.-T.*
- ↪ *Programme de soutien aux activités de loisir et de sport en milieu rural*
- ↪ *Programme de soutien aux activités régionales de loisir et de sport pour les aînés de l'A.-T.*

Ils sont présentés en deux volets pour permettre aux organismes promoteurs de déposer un projet pour une activité estivale réalisée entre le 1<sup>er</sup> avril 2015 et le 30 septembre 2015 (volet 1) et/ou pour une activité hivernale réalisée entre le 1<sup>er</sup> octobre 2015 et le 31 mars 2016 (volet 2).

*Le Programme de soutien aux activités régionales de loisir de l'A.-T. s'adresse aux organismes membres de LSAT qui tiennent des d'activités ou des événements à caractère régional faisant la promotion du loisir. Il veut aussi favoriser la participation de la population, la concertation et le partenariat de plusieurs organismes dans l'organisation des activités ou d'événements.*

*Le Programme de soutien aux activités de loisir et de sport en milieu rural s'adresse aux milieux ruraux de moins de 3 000 habitants. Loisir et Sport Abitibi-Témiscamingue désire ainsi soutenir la collectivité dans ses démarches de permettre à la clientèle ciblée d'avoir accès à des activités de loisir ou de sport de qualité. Un autre objectif de ce programme est de favoriser les projets rassembleurs qui visent la participation d'une grande partie de la population locale lors de l'activité.*

*Le Programme de soutien aux activités régionales de loisir et de sport pour les aînés de l'A.-T. s'adresse à des organismes sans but lucratif qui tiennent des activités de loisir ou de sport à caractère régional pour la clientèle des 50 ans et plus*

***La date limite pour déposer une demande d'aide financière a été fixée au vendredi, 24 avril 2015, pour le volet 1.***

***Les projets devront se réaliser entre le 1<sup>er</sup> avril 2015 et le 30 septembre 2015.***

Joanne Aumond, responsable des programmes  
819 825-2047

Source : jaumond@ulsat.qc.ca



## Une mesure à poudre noire

### Réponse :

Il y a plusieurs années de cela, les chasseurs rechargeaient leurs cartouches eux-mêmes et souvent de façon incorrecte en préparant la mauvaise quantité de poudre, ce qui se traduisait par une mauvaise performance de l'arme ou l'explosion du canon du fusil.

L'objet mystère est une mesure à poudre noire permettant de bien doser la charge de poudre selon les normes et pour chaque modèle de cartouche. Ça reste une opération dangereuse. Cette mesure a été fabriquée par B.G.I. Co des États-Unis. La date inscrit sous la mesure est 25 fév. 1890, pas jeune du tout! Au Canada, les chasseurs et trappeurs étaient les principaux utilisateurs pour les fusils de calibres 10, 12, 16 et 20. Par contre, aux États-Unis, à part les trappeurs, les cowboys étaient les grands utilisateurs de cette mesure.

Il se fait encore aujourd'hui de la recharge de cartouche, mais le matériel a bien changé.





Roxanne Laprise, coordonnatrice  
819 787-2284  
lesloisirsdepalmarolle.e-monsite.com



## Vins et Fromages 2015

Les billets s'envolent vite! Si vous n'avez pas encore le vôtre, il est plus que temps d'appeler Roxanne, coordonnatrice des Loisirs 819 787-2284 ou un autre membre du comité des Loisirs ou du comité « Vins et fromages ». La soirée de l'année à Palmarolle aura lieu le 25 avril 2015, à l'aréna Rogatien Vachon. On vous y attend dès 18 h, bien que le souper débutera à 19 h.

## Spectacle Dany Pouliot

Après le souper, un spectacle du chansonnier Dany Pouliot sera offert à tous à partir de 22 h, que vous soyez venus goûter aux vins et aux fromages ou non. Pour cet événement (qui est inclus dans le coût du billet pour les participants), un montant de 5 \$ sera demandé comme coût d'entrée. Le montant recueilli par cette vente sera entièrement remis au projet « skatepark Palmarolle ». Ce sont Valérie Caron et son équipe d'ados qui se chargeront de la vente de billets pour la soirée. Pour plus d'information, la contacter au 819 787-3967.

## Service de raccompagnement

Afin de s'assurer que vous retourniez chez vous en toute sécurité, un service de raccompagnement organisé par l'école Dagenais (enseignants et parents d'élèves) sera à votre disposition. Soyez généreux, les sous que vous donnerez pour ce service serviront à amener 25 élèves de Palmarolle à Boston pour des visites éducatives. Ces élèves feront aussi le service aux tables lors de la soirée.

## Aidez notre belle jeunesse à s'enrichir!



### Piste cyclable Desjardins



Si la température le permet, nous aurons la chance d'installer notre nouveau gazebo à la halte routière située dans la piste cyclable Desjardins avant la fin de l'hiver. Le tout doit être fait de façon à conserver l'écosystème dans lequel il sera installé, c'est pourquoi au moment où j'écris ces lignes, une petite incertitude est présente. S'il n'est pas installé cette année, il le sera dès qu'il y aura assez de neige l'année prochaine. La meilleure façon de savoir si c'est fait ou non, c'est encore de venir vérifier par vous-mêmes! Dès les premières journées chaudes, sortez vos espadrilles et venez découvrir ce sentier tout près de chez vous! Bonne balade!

En ligne - facebook.com/JournalLePont

## Défi Santé 5/30/équilibre

Le défi 5/30, ce n'est pas encore terminé! Voici les activités à mettre à votre horaire pour les prochaines semaines :

À chaque fois que vous participez à une activité, un coupon de tirage est rempli et vous donne la chance de remporter l'un de nos nombreux prix de participation. Ces prix vous sont offerts par les Loisirs de Palmarolle inc., par la municipalité de Palmarolle et par Action Santé Abitibi-Ouest. Ce sont des inscriptions pour le soccer, des cartes de patinage libre, une inscription au Studio santé Desjardins ... Ces prix seront tirés lors de la toute dernière activité, c'est-à-dire le rallye nocturne du 10 avril.

**BLOCS MULTISPORT**

**TOUS LES MARDIS**

**OÙ?** AU GYMNASÉ DE L'ÉCOLE DAGENAIS

**QUAND?** **DE 18H15 À 19H15** POUR LES ENFANTS DE 5 À 8 ANS ET LEURS PARENTS

**DE 19H30 À 20H30** POUR LES ENFANTS DE 9 À 12 ANS

Ce dont vous aurez besoin: vêtements de sport, bouteille d'eau et votre bonne humeur !

**PORTES OUVERTES AU STUDIO SANTÉ**

**DESJARDINS**

**26 MARS**

**OÙ?** AU STUDIO SANTÉ DESJARDINS DE L'ARÉNA ROGATIE VACHON

**QUAND?** **DE 18H30 À 20H**

**CAROLINE GAUTHIER, KINÉSIOLOGUE, SERA SUR PLACE POUR VOUS PROPOSER DEUX CIRCUITS D'ENTRAÎNEMENT ET RÉPONDRE À VOS QUESTIONS.**

**SERVICE DE GARDE OFFERT SUR PLACE**

**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES AUPRÈS DE LA COORDONNATRICE DES LOISIRS : 819-787-2284**

**Ce dont vous aurez besoin: vêtements de sport, bouteille d'eau, serviette, espadrilles et votre bonne humeur!**

**RALLYE NOCTURNE**

**10 AVRIL**

**OÙ?** AU DOMAINE ROCH PARADIS

**QUAND?** **À 19H30**

**HABILLEZ-VOUS CHAUDEMENT, APORTEZ VOS LAMPES FRONTALES AINSI QUE VOTRE PLUS BEAU SOURIRE!**

**\*\*EN CAS DE TEMPÉRATURE INADÉQUATE, POINT DE DÉPART À L'ARÉNA ROGATIE VACHON**





# Desjardins

## Caisse de l'Abitibi-Ouest

### Hypothèque - Offre habitation intégrée

Vous recherchez un financement hypothécaire qui vous offre de la flexibilité ?

Desjardins a ce qu'il vous faut : un financement hypothécaire qui vous permet de rembourser votre prêt plus rapidement si vous le souhaitez en augmentant, en cours de terme, le montant ou la fréquence de vos versements, et ce, sans frais.

Vous pourrez même prendre jusqu'à quatre mois de congé de versements en cas d'imprévu.

Tout sous un même toit

- Financement hypothécaire vraiment flexible
- Assurance prêt complète et sécurisante
- Assurance habitation sur mesure

Opter pour un prêt hypothécaire Desjardins, c'est opter pour la flexibilité. Visitez [desjardins.com/maison](http://desjardins.com/maison) pour plus de détails.

Une solution d'habitation complète !

### Offre pour étudiants universitaires

Pour faciliter votre vie d'étudiant, Desjardins vous propose une offre complète et exclusive qui est un regroupement de produits et de services conçus et vraiment adaptés à votre réalité étudiante.

Vous profiterez :

- d'un compte sans frais mensuels
- d'une marge de crédit à taux avantageux
- d'une carte de crédit sans frais avec récompenses, et
- d'avantages et de rabais exclusifs aux membres Desjardins.

Pour en savoir plus, renseignez-vous à votre caisse ou rendez-vous à [desjardins.com/etudiants](http://desjardins.com/etudiants).

Une offre à ne pas manquer !

### Dépôt direct - Un raccourci payant

Opter pour le dépôt direct, c'est vous assurer que les montants qui vous sont dus suivent le plus court chemin vers votre compte.

Vos remboursements d'impôt et les montants que vous recevez chaque mois du gouvernement sont des exemples de versements que vous pouvez inscrire au dépôt direct.

N'attendez plus. Voyez un conseiller et inscrivez-vous au dépôt direct.

C'est simple, direct et sécuritaire !

***La Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest désire souhaiter  
à tous les lecteurs de très  
JOYEUSES PÂQUES !***



***Nos bureaux seront fermés à compter de 15 h le vendredi 3 avril et  
toute la journée du lundi 6 avril 2015.  
L'horaire régulier reprendra le mardi 7 avril 2015.***

**Prendre note que nos guichets automatiques et le service Accès D sont disponibles 24/24 heures, 7/7 jours.**