



Des « trous » partout...

D'où vient donc cette mode?

page 3

Bienvenue



JOURNAL
Le Pont
de PALMAROLLE

L'équipe du Journal Le Pont a pensé que la population de Palmarolle serait heureuse de connaître les nouveaux arrivants et les nouveau-nés dans la municipalité. C'est pourquoi, nouveaux concitoyens, nous sollicitons votre collaboration pour nous aviser de votre arrivée ou celle d'un nouveau-né. N'hésitez pas à entrer en contact avec notre équipe du journal Le Pont pour que nous puissions vous présenter (ou votre poupon) et vous souhaiter la meilleure des bienvenues (une photo serait appréciée).

André Chrétien
Jean-Pierre Robichaud
819 787-2996
819 339-4255



Adresse électronique : journallepont@hotmail.com



MUNICIPALITÉ DE PALMAROLLE

pages 4 - 5

Marthe Robineau
agente de bureau

Annie Duquette
directrice générale

Michael Modesto Gagnon
administration

Philippe Gagnon
inspecteur municipal



À VOTRE SERVICE

MUNICIPAL

Prochaine séance du conseil **12 janvier 2015**

Les séances ont 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	6-7
Chronique agricole	12
Communautaire	3-10-11
Grenier aux souvenirs	7-15
Loisirs	13 à 15
Municipal	2 à 4
Politique	7
Santé	8
Testament	16

JOURNAL **LE PONT**
DU 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

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

Tombée: 18 du mois (avant 13 h)

RAPPEL CONCERNANT LA DISPOSITION DE LA NEIGE

Il est strictement défendu à tout propriétaire, locataire ou occupant de prendre la neige sur son terrain et de la déposer sur celui d'un autre sans en avoir obtenu au préalable l'autorisation, préférablement par écrit, tel que stipulé dans le règlement n° 188, art. 2.

Il est également strictement défendu à tout propriétaire, locataire ou occupant de prendre la neige sur son terrain et de la laisser le long ou en travers des rues, avenues, rangs ou ruelles de la municipalité, tel que stipulé dans le règlement n° 188, art. 3.

Le ministère des Transports précise aussi que : « Les résidents ne peuvent déposer la neige provenant de leur entrée privée sur l'accotement. Cette pratique est totalement interdite en vertu du Code de la sécurité routière. Ces interdictions sont inscrites dans le Code de la sécurité routière aux articles 498 et 507. »

Tel que stipulé dans le règlement n° 188, art. 7, des amendes sont prévues pour les contrevenants. Pensez-y!

USAGES COMMERCIAUX DANS LES RÉSIDENCES

Certains usages commerciaux complémentaires peuvent être autorisés dans les résidences comme : l'artisanat, les bureaux professionnels, les petits contracteurs, les salons de coiffure, les services de santé divers, les foyers d'accueil pour personnes âgées et les garderies privées.

Les propriétaires qui veulent se prévaloir d'une telle autorisation doivent cependant obtenir de la municipalité un certificat à cet effet. C'est une démarche assez simple : il suffit généralement de déclarer le nouvel usage et aucun frais n'est lié à cette demande. Il demeure quand même important de veiller à faire cette déclaration, afin de simplifier la mise à jour du rôle d'évaluation.

Philippe Gagnon
 Inspecteur municipal et officier en bâtiment

RAPPEL CONCERNANT LE STATIONNEMENT D'HIVER

Il est interdit de stationner ou d'immobiliser son véhicule sur le chemin public entre 23 h et 7 h du matin, du 1^{er} novembre au 1^{er} mai inclusivement et ce, sur tout le territoire de la municipalité, tel que stipulé dans le règlement n° 176 art. 4,5 et 6. Notez que les agents de la paix porteront une attention particulière au respect de ce règlement cet hiver puisqu'ils en ont été avisés. À vous d'y voir!

CALENDRIER DES SÉANCES RÉGULIÈRES DU CONSEIL MUNICIPAL 2015

Le conseil municipal a adopté, lors de la séance régulière du 1^{er} décembre 2014, le calendrier des séances régulières pour l'année 2015. Les séances se tiennent tous les premiers lundis de chaque mois, sauf exception pour deux séances, celle d'août et de septembre, en raison des congés fériés.

12 janvier
 2 février
 2 mars
 6 avril
 4 mai
 1^{er} juin
 6 juillet
 4 août
 8 septembre
 5 octobre
 2 novembre
 7 décembre



Vieux Grincheux

Des « trous » partout...



Le Créateur quand il a fabriqué l'homme lui a donné un certain nombre d'orifices. Certains pour permettre l'entrée de nourriture solide, de liquides et en aider l'agréable dégustation. D'autres sont là pour permettre à ces mêmes éléments d'être évacués et pour d'autres usages fort plaisants...

Il lui a aussi donné deux ouvertures pour prendre l'air, pour lui fournir l'oxygène essentiel à la vie et pour lui permettre de profiter de mille et un arômes si agréables à sentir : les fleurs, les foins fraîchement coupés, les tourtières de grand-maman... Et que dire de ces deux ouvertures latérales, de chaque côté de sa tête, lui permettant de capter les sons et les bruits qui l'entourent, la musique, les chansons, le ramage des oiseaux, les premiers balbutiements de l'enfant, le premier et le plus beau mot : maman.

Certains ne semblent pas satisfaits de ces merveilleux attributs. Ils se font donc percer de toutes parts, les oreilles, le nez, les lèvres, les arcades sourcilières, la langue, les seins, le nombril et l'on pourrait continuer l'énumération vers le bas...

D'où vient donc cette mode

si répandue de la mutilation volontaire de son propre corps? Pourquoi tous ces anneaux, ces broches, ces tiges métalliques, ces perles qu'on se pique, qu'on se plante dans la peau, dans les muscles, dans les cartilages et même dans la langue?

Certains et certaines en sont tellement garnis qu'on pourrait les prendre pour des pelotes à épingles ou pour des patients qui sortent de chez l'acupuncteur avant que celui-ci n'ait eu le temps de retirer ses aiguilles. Les premiers qui se sont ainsi troués avaient le mérite de se distinguer de la masse, d'être différents des autres, de se faire remarquer. On peut aimer cela être différent des autres, du peuple, mais quand tout le monde le fait, on n'est plus différent, on est que suiveux, on ne fait que copier ses semblables... Pourquoi alors s'affubler d'un tel arsenal d'objets métalliques aussi hétéroclites?

Moi, le Vieux Grincheux, dans mon enfance, sur la ferme, on perçait ainsi le nez de certains animaux pour leur enfiler un anneau, et les oreilles, pour leur mettre un numéro d'identification. Le but de ces légères mutilations était de rendre le taureau moins agressif et plus sécuritaire tandis que celui du porc, était d'éviter qu'il fouisse avec son groin dans la terre, brise le terrain ou déterre les patates avant leur maturité. Ces pratiques n'ont plus cours aujourd'hui (sauf pour l'oreillette des

bovins). Celui qui ferait subir ce traitement à un animal serait dénoncé à la SPCA et par tous les organismes contre la cruauté animale. Qu'arriverait-il à un propriétaire de chenil qui déciderait de mettre des broches ou des anneaux au nez de ses chiens? S'il leur perçait la langue pour y mettre une perle dessus et dessous, s'il leur mettait des cercles de broche dans les lèvres, les arcades ou sur les tétines des femelles. Eh bien! on fermerait son commerce et on le mettrait en prison.

Et les humains! Pas de problème! Sont-ils de race inférieure pour qu'on accepte de tels comportements?

C'est la question que se pose le Vieux Grincheux quand il sort de son village et qu'il assiste régulièrement, sur la rue, au centre commercial, ou ailleurs à ce festival des peaux trouées... Il invite donc tous les adeptes de la mode de « trous » partout à répondre à ses questions.

Janvier 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				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	31

PLACES disponibles EN GARDERIE



- 1 place temps plein disponible le 6 janvier à 7,30 \$/ jour
- 1 place en garde partagée une semaine sur 2

Pour de plus amples informations
Marie-Frédéric Cloutier 819 787-2143



À votre service

Depuis deux ans la municipalité de Palmarolle a subi de grands changements au sein de son personnel administratif. Tous se souviennent du décès de madame Sylvie Morin, la secrétaire en place depuis plusieurs années.

Ce fut ensuite le départ du directeur général, monsieur Gaétan Côté, en congé de maladie. Ces deux employés ont été remplacés et d'autres postes ont aussi été pourvus par de nouveaux visages. Croyant qu'il est important pour tous de connaître ces personnes qui sont à notre service, je me suis rendu à leur rencontre pour les interroger sur leur rôle, sur leurs compétences et même sur leurs motivations à exercer leur profession dans notre municipalité.

Comme il était de mise, la première personne rencontrée fut

la directrice générale, madame Annie Duquette.

C'est sous sa gouverne que travaillent tous les autres employés de la municipalité. Elle occupe cette fonction depuis plus d'un an.



Son poste est cependant encore considéré comme temporaire, car elle remplace M. Côté en attendant l'échéance de son congé de maladie.

Son premier rôle consiste à faire respecter, dans son cadre légal, les orientations et les décisions prises par vos élus, c'est-à-dire, votre conseil municipal : monsieur le maire et les six conseillers. Elle doit donc gérer les fonds de façon à ce que l'argent aille bien aux postes pour lesquels il a été voté. C'est

à elle que revient la gestion des documents, la protection de l'information, la gérance de tout le personnel. Elle doit aussi répondre aux urgences, aux plaintes des citoyens. Elle doit aussi assumer les communications avec les divers paliers de gouvernement, avec les Ministères. Elle ne fait pas tout, mais elle est responsable de tout, comme tout directeur général d'entreprise.

On ne s'improvise pas DG d'un organisme et encore moins d'une municipalité de la taille de Palmarolle. Il faut une solide préparation. Madame Duquette est depuis 2005 détentrice d'un baccalauréat en administration de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT). Même si elle est depuis peu maman d'un petit poupon de moins de six mois, elle poursuit quand même des études en vue d'un certificat en santé et sécurité au travail, toujours à l'UQAT.

À la question : « Qu'est-ce qui vous plaît le plus dans votre travail et, par contre, qu'est-ce que vous trouvez le plus difficile? Elle répond : - J'aime relever les défis quotidiens. Pour moi, c'est une source intarissable d'apprentissages nouveaux. J'aime aussi travailler avec ceux à qui je délègue des responsabilités, je suis satisfaite quand ils mettent de la rigueur dans leur travail, ce qui m'oblige à exiger de la rigueur de moi-même. Le travail bien fait est toujours une grande source de satisfaction. La communication directe avec les citoyens est aussi bien plaisante quand ces derniers sont délicats et compréhensifs. Par contre, ce n'est pas facile de bien faire comprendre à certains la complexité du rouage administratif municipal. Ils sont parfois impatients, ils voudraient avoir une réponse immédiate à leurs problèmes ce qui n'est pas toujours possible... Il faut, dans ces cas, user de beaucoup de patience et de diplomatie... »

André Chrétien



Là doit s'arrêter l'interview, non pas que l'on manquait de matière à conversation, mais puisqu'il y a trois autres employés à rencontrer et que l'espace du Journal Le Pont est limité, il faut donc mettre un terme à cet échange fort intéressant et enrichissant avec madame Annie Duquette.

La deuxième personne rencontrée : madame Marthe Robineau,



est secrétaire et agente de bureau. Qui est en première ligne au bureau municipal? C'est la secrétaire! Elle travaille conjointement avec tous les employés du bureau, c'est elle qui dirige les clients à la personne désignée pour répondre à leurs besoins.

Elle s'occupe du courrier, de la correspondance, des courriels, de la finalisation des procès-verbaux, de la préparation des séances du conseil, de la perception des taxes, de remplir les formules d'usage, de classer les documents, de répondre au téléphone et tutti quanti... etc. À l'origine, madame Robineau s'adonnait à l'horticulture de façon professionnelle. Elle détient deux diplômes : l'un en horticulture maraîchère et l'autre en horticulture d'ornement. Elle a exercé cette profession qu'elle adorait pendant huit ans dans la ville de Québec pour les serres et magasins Hamel, commerces importants et bien connus dans la Vieille Capitale et aux alentours. Malheureusement, un accident de travail l'a obligée à changer d'orientation. Elle devait se trouver un emploi moins exigeant physiquement. Après un an de convalescence forcée, elle s'est inscrite à une formation en secrétariat

et tenue de bureau au Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue. Deux ans plus tard, elle complétait cette formation et obtenait son DEC. Elle postula alors à un poste ouvert à la municipalité de Palmarolle et, depuis le triste départ de Sylvie Morin, c'est elle qui assume avec brio la fonction de secrétaire et agente de bureau chez nous. Ce fut pour elle tout un défi à relever. - « Au collège, on vous donne une formation générale, les cours ne sont pas spécialement orientés vers le secrétariat municipal. C'est sur le tas que je me suis familiarisée avec le travail de gestion municipale. Il faut apprendre les lois, les règlements propres à ce niveau du gouvernement. Comme je suis la première répondante aux gens qui se présentent au bureau, je dois faire preuve de courtoisie, certains voudraient que je règle leur problème sur place. Il faut leur faire comprendre que ce n'est pas mon rôle, que cela ne relève pas de mes attributions, que je ne suis que la courroie de transmission vers un service particulier. Ceux qui ne comprennent pas cela ont tendance à rejeter leur mécontentement sur moi... ce sont des moments plus difficiles à vivre dans une journée de travail bien remplie. »

Comme projets d'avenir, madame Marthe Robineau a bien l'intention de poursuivre sa carrière à Palmarolle et de continuer à servir les citoyens de ce milieu qu'elle apprécie.



Après ces deux dames, voilà le tour des hommes. Le premier, **monsieur Philippe Gagnon, inspecteur municipal et officier en bâtiment.**

M. Gagnon est en poste depuis avril 2014. Son rôle consiste à faire appliquer la réglementation municipale lors de projets de construction, de développements domiciliaires et urbains sur le territoire de la municipalité. Il doit aussi s'occuper du zonage, des règles de l'environnement, de même que celles du traitement de l'eau potable et de sa distribution. C'est aussi lui qui dispense les permis de construction et de rénovation et qui doit voir à ce que leur réalisation se fasse selon les normes établies par les autorités en place. C'est après l'obtention d'un DEC de trois ans au Cégep de Rosemont que Philippe a obtenu un emploi à Mont-Tremblant au service d'urbanisme. Il a aussi travaillé à la ville d'Amos, puis son parcours l'a amené à Palmarolle en avril de cette année.

C'est un travail qui demande une grande capacité d'analyse, une bonne communication avec les citoyens et les collègues de travail. Il faut aussi une connaissance approfondie des règlements qui régissent l'aménagement et la construction. Dans une municipalité rurale, de taille moyenne comme Palmarolle, l'inspecteur municipal est appelé à remplir plusieurs fonctions qui exigent des connaissances dans divers domaines. C'est pourquoi M. Gagnon suit présentement une formation technique en traitement et distribution d'eau potable. Malgré le court temps passé avec nous, il semble que Philippe apprécie son nouveau milieu de travail et a bien l'intention de continuer à offrir à la population de Palmarolle son expertise et ses compétences.



Le technicien en comptabilité, monsieur Michael Modesto Gagnon,

était la quatrième personne interviewée. Comme pour les trois précédents employés, il faut des compétences et une bonne préparation professionnelle pour bien remplir les postes à la municipalité de Palmarolle.

Monsieur Michael Modesto Gagnon est détenteur d'un diplôme d'études collégiales en techniques d'administration. De plus, il poursuit ses études universitaires en vue de l'obtention d'un baccalauréat en administration à l'UQAT, lequel est déjà à demi complété.

Bien sûr, sa fonction et ses connaissances l'emmènent à des tâches administratives avant tout. C'est donc à lui que revient la tenue de la comptabilité au bureau municipal. Dans cette sphère, on retrouve le traitement des documents, la taxation, etc. Comme expérience, Michael a œuvré 12 ans à l'Industrielle Alliance, au ministère de l'Emploi et, depuis peu, c'est-à-dire depuis le 12 août dernier, il occupe un poste à notre municipalité.

Comme aptitudes pour bien remplir son rôle, il lui faut beaucoup de rigueur et d'attention car, avec les chiffres, il ne faut pas faire d'erreur, surtout quand c'est l'argent des contribuables. Cela exige aussi des rapports harmonieux avec les citoyens, les collègues de travail et les élus municipaux. Michael entend donc poursuivre son travail, accumuler de belles expériences à Palmarolle et compléter sous peu son baccalauréat en administration générale à l'UQAT.

Le Journal Le Pont de Palmarolle est heureux de vous présenter ces quatre personnes qui sont à votre service quotidiennement et qui s'efforcent d'être efficaces au mieux de leurs connaissances.

126 enfants ont vu le Père Noël



CHEVALIERS DE COLOMB

Les Chevaliers de Colomb de Palmarolle sont fiers de la *fête de Noël des enfants* qui a eu lieu le 14 décembre dernier. Les familles ont bien répondu à l'invitation; 126 enfants ont vu le Père Noël.

Un merci sincère à tous nos commanditaires qui ont contribué à cet événement.

Merci à M. Stéphane Bisson qui a mis une bonne ambiance en musique.

Merci aussi à Isabelle L. et son équipe pour l'animation auprès des enfants.

Merci à Bernard East et Émile Turbide pour les promenades de chevaux. Les parents et leurs enfants ont adoré cela.

Merci au Père Noël d'avoir accueilli tous les enfants sur ses genoux afin de remettre un cadeau à chacun.

Rosaire Plante, responsable





« Bonne année grand nez »,
 « toi pareillement grandes dents »,
 « à l'année prochaine grosse
 bedaine ». Tous se rappellent ces
 souhaits guillerets que nous ser-
 vaient les « monocles » de notre
 enfance, quelque peu éméchés par
 le « caribou ».

Mais connaissons-nous l'origine
 de cette fête?

Le jour de l'An, également appelé la
 Saint-Sylvestre en Europe, est le premier
 jour de l'année. Sur notre calendrier, il s'agit
 du 1^{er} janvier.

Le soir du 31 décembre, tout le monde se
 réunit en famille ou entre amis pour fêter la
 nouvelle année qui commence. Quand les
 douze coups de minuit retentissent, dans la
 nuit du 31 décembre au 1^{er} janvier, tout le
 monde se souhaite une « bonne année et
 bonne santé ».

L'origine du Nouvel An

La tradition du Nouvel An remonte à
 Babylone, 2000 ans avant J.-C. Cette fête
 avait lieu au printemps pour honorer le
 dieu Mardouk qui protégeait les récoltes.
 En 46 avant notre ère, Jules César décida
 que le 1^{er} janvier serait le jour de l'An. Les
 Romains dédiaient ce jour à Janus, le dieu
 des portes et des commencements. D'ail-
 leurs, le mois de janvier doit son nom au
 dieu Janus. Celui-ci avait deux faces, l'une
 tournée vers l'avant (le futur), l'autre vers
 l'arrière (le passé).

Puis sous Charlemagne, l'année commença
 à Noël, le 25 décembre. Du temps des rois
 capétiens, l'année débuta le jour de Pâques.
 Ce n'est que depuis 1622, que le Nouvel An
 est à nouveau fixé au 1^{er} janvier. Une me-
 sure prise par le Pape qui permet surtout de
 simplifier le calendrier des fêtes religieuses.

Le Nouvel An



Le réveillon à toutes les heures!

Le monde étant découpé en différents fu-
 seaux horaires, tous les pays n'entrent pas en
 même temps dans la nouvelle année! Car
 s'il est minuit et une minute à Paris, il n'est
 que 18 h et une minute chez nous; nous
 sommes donc toujours dans l'ancienne an-
 née! Ainsi à chaque heure, il est forcément
 minuit quelque part sur la terre!

Le Nouvel An ailleurs

Par exemple, les Chinois fêtent la nouvelle
 année entre le 20 janvier et le 18 février.
 Pour les Tibétains, le Nouvel An, fixé selon
 le cycle lunaire, se fête cette année du 2 au 4
 mars et, par conséquent, la date varie à tous
 les ans. Dans la religion juive, la nouvelle
 année « Roch Hana » se fête en septembre-
 octobre.

Comment fêtons-nous l'arri- vée du Nouvel An?

Le plus souvent, nous fêtons le jour de l'An
 en famille et avec la parenté, quoique de
 plus en plus de jeunes le fêtent entre amis.
 Dans certaines familles, on continue de
 donner la bénédiction paternelle, une tradi-
 tion de nos ancêtres.

Autrefois, le jour de l'An se fêtait deux fois
 dans les familles : le 31 décembre et le 1^{er}
 janvier. On se réunissait chez nos grands-
 parents, chez nos tantes et nos oncles ou
 chez nous. Certains se déplaçaient sur de grandes
 distances pour ce rassemblement annuel.

Le 31 décembre, tout est prêt pour le ré-
 veillon du Nouvel An. Nous gardons la
 plupart des décorations de Noël. Il reste
 parfois des cadeaux sous le sapin, car il y en
 a certains que l'on voit seulement au jour de
 l'An et c'est à ce moment qu'on leur remet
 leur cadeau.

Dès leur arrivée, les gens s'amuse-
 nt, chantent et dansent. À minuit une nou-
 velle année commence et tout le monde est
 joyeux. On se souhaite une bonne année en
 se serrant la main et en se donnant des bi-
 sous. Ensuite tout le monde se met à table
 pour le réveillon traditionnel : tourtière,
 ragoût de pattes de cochon, pâtés et dinde
 garnissent les assiettes. Et pour dessert, la
 bûche de Noël, la tarte au sucre et autres
 pâtisseries.

La fête se termine tard, souvent au petit
 matin. Au réveil, tous sont un peu amochés,
 mais heureux de ce rassemblement annuel
 de camaraderie et de communion.



*Capsule
 clin d'oeil*

Ceux qui ne répètent pas les
 erreurs du passé sont ceux qui
 écoutent les aînés.



Il était une fois un grand-père et une grand-mère à la veille du Nouvel An...

Grand-père gagnait sa vie en confectionnant des chapeaux de paille. Lui et grand-mère vivaient pauvrement, et une année, à la veille du jour de l'An, ils n'eurent même pas assez d'argent pour acheter les traditionnels gâteaux de riz.

Grand-père décida donc d'aller à la ville vendre quelques chapeaux de paille. Il prit cinq chapeaux et, les portant sur son dos, se mit en route. La ville était loin et après avoir longtemps marché à travers les champs, grand-père arriva enfin à destination.

Il déambula dans toute la ville, criant : « Chapeaux de paille, chapeaux de paille; qui veut des chapeaux! » il y avait beaucoup de monde en ville; tous les gens s'affairaient à préparer le jour de l'An, achetant du poisson, des alcools, des gâteaux de riz, puis ils rentraient chez eux.

Personne n'achetait de chapeaux au grand-père. C'est que le jour de l'An, tout le monde reste chez soi, un chapeau de paille n'est alors pas très utile. Grand-père marcha toute la journée, sillonnant la ville et vantant ses chapeaux, mais il n'en vendit pas un seul. À la fin de l'après-midi, il décida de rentrer, sans avoir pu acheter le moindre gâteau de riz.

Conte japonais du jour de l'An

Jean-Pierre Robichaud

Quand grand-père sortit de la ville, il commença à neiger. Il était bien fatigué, et transi de froid. Il marchait à travers champs quand il aperçut des Jizos, ces statues de pierre représentant des divinités japonaises. Il y avait six statues, et sur leur tête la neige s'était amoncelée, des stalactites leur tombaient même du visage.

Grand-père, qui avait bon cœur, pensa que les pauvres Jizos devaient avoir froid. Il leur essuya donc la tête, enlevant la neige qui les recouvrait, et les coiffa des chapeaux qu'il n'avait pas réussi à vendre, en murmurant : « Ce sont de simples chapeaux de paille, mais acceptez-les, je vous prie... » Mais il n'avait que cinq chapeaux, et il y avait six Jizos; grand-père coiffa la dernière statue de son propre chapeau, en lui disant : « C'est un chapeau bien vieux et usé, mais il vous protégera un peu. »

Après avoir ainsi donné ses chapeaux aux statues, grand-père reprit son chemin dans la neige. Quand il arriva à la maison, il était recouvert de neige. Grand-mère, le voyant sans chapeau, lui demanda ce qui s'était passé, et grand-père lui raconta l'histoire des Jizos.

« À vrai dire, je n'ai pas réussi à vendre le moindre chapeau en ville. Sur le chemin du retour, j'ai vu des Jizos, leur tête était recouverte de neige, j'ai pensé qu'elles devaient avoir froid. Alors je les ai coiffées des chapeaux que j'avais emportés, et comme il en manquait un, je leur ai aussi donné le mien. »

Grand-mère fut touchée en entendant ce récit, et se réjouit de la bonté de son mari :

« Tu as fait une bonne action. Même si nous sommes pauvres, nous avons la chance d'avoir un toit et du feu. »

Grand-père, qui était transi de froid, s'assit au coin du feu et grand-mère prépara le repas. Comme les chapeaux ne s'étaient pas vendus, il n'y avait pas de gâteaux de riz; aussi mangèrent-ils simplement du riz avec quelques légumes et allèrent vite se coucher. En pleine nuit, grand-père et grand-mère furent réveillés par un bruit dehors; quelqu'un chantait. Les voix étaient d'abord lointaines, mais elles se rapprochaient de la maison, et elles chantaient ceci : « Grand-père a donné ses chapeaux. Il les a donnés aux Jizos. Allons chez lui, allons-y! » Grand-père et grand-mère étaient bien étonnés d'entendre une telle chanson; ensuite ils entendirent un grand bruit, « Boum! »

Ils allèrent voir ce que c'était, et quelle ne fut pas leur surprise en ouvrant la porte! Sur le seuil étaient disposés plein de paquets : il y avait du riz, du poisson, des alcools, des gâteaux au riz, des décorations du Nouvel An, des couvertures et des kimonos bien chauds, et bien d'autres choses encore. Grand-père et grand-mère regardèrent autour d'eux, cherchant qui avait pu leur apporter tant de choses, et ils virent au loin les six Jizos qui s'éloignaient, coiffés des chapeaux du grand-père.

Les Jizos, reconnaissantes de la bonté de grand-père, lui avaient apporté tout ce qu'il faut pour passer un Nouvel An agréable.

*Le grenier
aux souvenirs*

Gilles Fortier

Pouvez-vous identifier cet objet?



Au courant de l'été, une de mes amies m'a montré un petit objet mystérieux. La mère de celle-ci lui dit que cela servait à faire des nœuds de cravates. Mais il n'en est rien!



La Tourista

Pour poursuivre dans l'esprit des voyages, je voulais vous parler de la fameuse « tourista ». Vous avez pris vos précautions puisque vous vous êtes fait vacciner avant votre départ en voyage, mais il vous reste tout de même la crainte de la diarrhée du voyageur.

En fait, ce type de diarrhée est l'infection la plus fréquente à survenir pendant ou peu après un voyage dans un pays tropical. Elle se transmet par contact avec des gens infectés ou par la consommation d'aliments ou de liquides contaminés par des selles. Elle est surtout présente dans les pays où l'hygiène est médiocre et où les infrastructures de sécurité sanitaires sont précaires. Il est important de faire la différence entre la « tourista » et une simple diarrhée. Il se peut que vous présentiez une ou deux selles plus liquides parce que votre organisme n'est pas encore habitué à la nouvelle nourriture, ou parce que vous avez abusé du pina colada le soir d'avant. Par contre, si vous présentez plus de quatre selles liquides en 24 heures, que vous avez aussi de la fièvre, des nausées, des vomissements, des crampes abdominales et du sang ou du pus dans vos selles, à ce moment, il s'agit vraiment de la diarrhée du voyageur.

De 20 à 60 % des voyageurs feront un épisode de diarrhée du voyageur : le risque varie selon la destination, la durée et le type de voyage. Même si le risque est plus grand dans un voyage d'aventure, il peut aussi être présent dans un hôtel de luxe.

Certains médicaments peuvent aider

à soulager les douleurs abdominales, vomissements ou les diarrhées et sont disponibles sans ordonnance. Ils ne doivent être utilisés que s'il s'agit d'une simple diarrhée et non de la « tourista ». Par contre, ils ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 12 ans et sur une période de plus de 48 heures. Lorsque vous avez des selles présentant du sang ou du pus et de la fièvre, il s'agit probablement de la diarrhée du voyageur qui est, elle, causée par des bactéries. À ce moment, votre corps doit éliminer ces bactéries, il ne faut donc pas utiliser de médicaments diminuant la diarrhée. Il est alors possible de prendre un antibiotique qui permettra de soulager les symptômes.

Vous pouvez vous procurer cet antibiotique à la pharmacie en consultant le pharmacien ou l'infirmière avant votre départ. La ciprofloxacine est prescrit pour trois jours. Vous pouvez cesser les antibiotiques lorsque les malaises ont cessé, sauf en présence de sang ou de pus dans les selles.

Le traitement est aussi basé sur le remplacement des liquides perdus

lors des diarrhées. Il faut donc boire de petites quantités de liquide régulièrement pour s'assurer de ne pas causer des nausées et des vomissements. Il est préférable d'utiliser des produits de remplacement comme le Gastrolyte (disponible en sachets que l'on peut mettre dans les bagages). Les enfants, les personnes âgées et celles présentant des problèmes de santé sont plus fragiles à attraper la diarrhée, mais aussi à se déshydrater plus rapidement. Il faut éviter la caféine, les boissons gazeuses, les boissons sportives, les jus de fruits et les bouillons en conserve qui peuvent aggraver la diarrhée. Dans un cas de diarrhée ou de vomissements dû ou non à la tourista, vous pouvez vous faire vous-même une solution de réhydratation. Il vous faudra :

- 1 litre d'eau potable
- 8 c. à thé de sucre
- 1 c. à thé de sel
- du jus de citron ou d'orange (surtout pour le goût)

Lorsque les liquides passent bien, il est important de recommencer à s'alimenter. Le jeûne, ou l'absence de nourriture, est recommandé seulement lorsqu'il y a plus de deux vomissements. Par contre, il ne devrait pas dépasser 4 heures. On recommence à manger de petites quantités d'aliments fréquemment, en privilégiant les féculents (pain, pâtes, riz, céréales non sucrées), les viandes maigres, les œufs, le yogourt, le fromage, les fruits et les légumes. Il faut éviter les aliments très sucrés, frits, gras ou épicés. Les nourrissons doivent continuer à boire le lait maternel ou le biberon de façon régulière selon tolérance.

DIARRHÉE DU VOYAGEUR



Pour prévenir la diarrhée du voyageur, il est important de consommer de l'eau ou des boissons embouteillées, de ne pas ajouter de glaçons dans votre verre, de manger des fruits et des légumes pelés ou cuits, des viandes bien cuites, du lait pasteurisé et de se brosser les dents avec de l'eau potable. Que ce soit ici ou ailleurs, le lavage des mains ou l'utilisation d'un désinfectant pour les mains demeure le meilleur moyen de prévention. Il est possible de prendre un autre type de vaccin, le « dukoral », qui est un vaccin à boire deux semaines avant votre départ ainsi qu'une autre fois une semaine avant de partir. Celui-ci offre une protection contre la diarrhée du voyageur d'environ 60 % pouvant durer jusqu'à trois mois. Vous pouvez aussi prendre des probiotiques, qui sont des capsules renfermant de « bonnes bactéries » qui permettront de renforcer votre système immunitaire. Certains médicaments en vente libre peuvent aussi être utilisés en prévention, comme le pepto-bismol, mais il vaut mieux en discuter avec le pharmacien afin de s'assurer qu'il n'y ait aucune interaction avec vos autres médicaments. N'oubliez pas d'aviser le pharmacien de tous les médicaments en vente libre ainsi que les produits naturels que vous utilisez.

Si les symptômes ne s'améliorent pas

après 24-48 heures de traitement antibiotique ou si la déshydratation est importante, vous devez consulter un médecin. Il faut être vigilant en présence de vomissements chez les très jeunes enfants puisqu'ils peuvent se déshydrater rapidement. De plus, si la zone visitée est à risque de malaria, la présence de fièvre, même accompagnée de diarrhée est considérée comme un signe de malaria et vous devez donc consulter immédiatement pour être évalué.

J'espère que vous avez maintenant assez d'information et que vous pourrez partir en voyage la conscience tranquille. Sinon, n'hésitez pas à venir nous rencontrer!



Photo, Edgard Plourde

M. Edgard Plourde

jeune Monsieur de 91 ans



Région
Abitibi-Témiscamingue
CLUB BON TEMPS
DE PALMAROLLE

J'aimerais souligner la belle visite que le Club Bon Temps a reçue lors de son souper annuel de Noël le 5 décembre dernier

Francine Boulet, présidente régionale de la FADOQ

Nous avons eu le plaisir de recevoir M. Edgard Plourde, jeune Monsieur de 91 ans bientôt, qui nous a fait l'honneur de jouer trois pièces de violon. M. Plourde a enregistré un CD que les gens pouvaient se procurer le soir. Ce fut un plaisir d'entendre ce violoniste de talent et de partager un excellent souper.

Pour sa part, M. Plourde dit que ce fut une fierté et même un honneur de partager et de voir que les gens ont acheté son CD.

Un site facebook a été créé en son nom, vous pouvez le consulter .

Quant à moi, je tiens à remercier tous les gens qui ont mis la main à la pâte pour la réalisation du souper. Tout près de 150 personnes étaient présentes. Merci également aux musiciens qui ont su tenir la piste de danse pleine jusqu'à la fin.

Encore un gros MERCI! M. Plourde pour votre présence à ce souper et d'avoir partagé vos talents musicaux. Vous êtes la preuve que les gens sont toujours aussi actifs et que nous devons être fiers de nos aînés. À l'an prochain!

MADA quoi?

Municipalité amie des aînés.

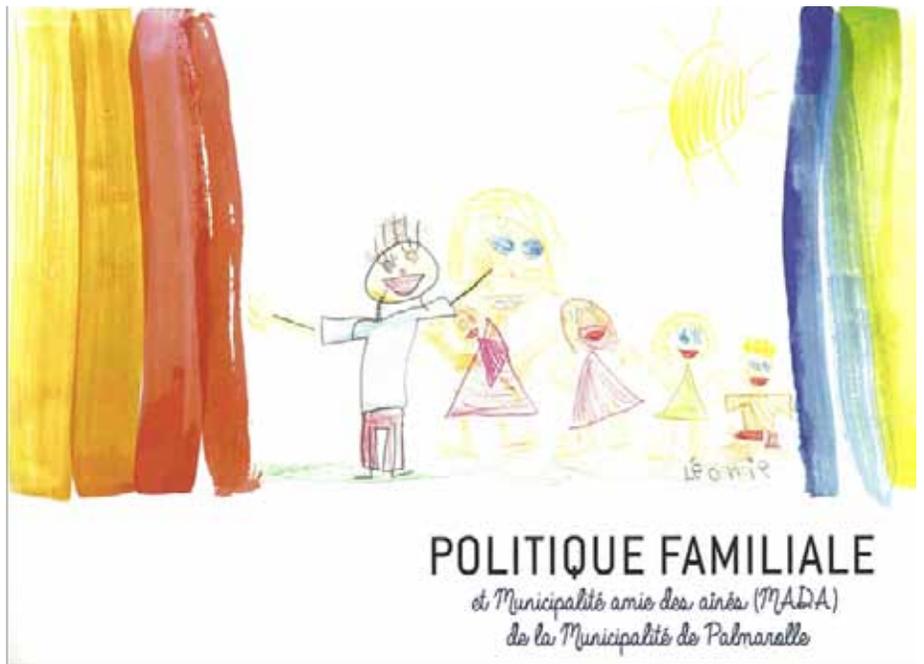


André Chrétien

Les ignorants comme moi ne savaient pas ce que signifiait ce sigle. Le dimanche 14 décembre, lors d'un brunch, on nous a présenté la nouvelle *Politique familiale de la municipalité de Palmarolle*. Cela inclut la famille au complet : les enfants, les parents et les aînés... de là, MADA, acronyme signifiant : Municipalité amie des aînés.

Avant de se mettre à table, nous avons pu entendre de courtes allocutions des responsables de l'implantation de cette politique familiale dans notre milieu. Madame Louisa Gobeil, membre du conseil municipal et responsable du comité, nous a donné la démarche suivie depuis deux ans par le comité responsable de cette implantation.

Puis se sont succédées mesdames Françoise Mongrain-Boulet, Cristine Cloutier et Kathleen Bouchard pour nous expliquer les grands objectifs de la politique familiale, le plan d'action mis en place, puis les objectifs visés par l'organisme pour l'avenir.



Puis, M. le maire a clos la période des discours en soulignant l'importance d'une telle politique pour notre municipalité; que cette équipe sera un partenaire précieux pour le conseil municipal dans les décisions à court et à long terme. Il a également remercié madame Louisa Gobeil pour avoir piloté ce projet depuis deux ans jusqu'à sa finalisation aujourd'hui.

Des remerciements ont aussi été adressés à madame Isabelle d'Amours pour le soutien technique qu'elle a fourni dans la réalisation de ce projet.

Enfin, madame Louisa Gobeil a salué une dernière fois les personnes présentes et a invité chacun à se joindre à l'équipe pour poursuivre le travail.

Je pourrais élaborer longuement sur ce programme de politique familiale, mais je m'arrête ici, car vous avez déjà reçu une brochure fort attrayante qui résume au complet ce programme. Prenez le temps de la lire et conservez-la précieusement pour la consulter ultérieurement et pour la prêter à vos proches.



Cercle de *Fermières*

Mélanie Pelletier, comité des communications

La réunion se tiendra le 14 janvier 2015, à 19 h 30.



Nous voilà déjà en janvier! Nous espérons que la période des fêtes fut merveilleuse pour vous tous. Nous profitons de l'occasion pour remercier tous les commanditaires qui participent activement à chacune de nos activités de financement. Nous remercions également toutes celles qui ont donné des articles pour les enfants relevant de la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ). Nous avons récolté 20 doudous, 12 toutous, 6 baluchons ainsi que 12 marionnettes. Nous aurons ainsi contribué à rendre plusieurs enfants heureux en ce temps de réjouissance.

Nous remercions également toutes les personnes qui ont fait un don à l'Association OLO (oeuf-lait-orange) par des dons en argent dans les banques jaunes que M^{me} Louise Gervais avait déposées dans les commerces de notre communauté. Grâce à vos dons, nous avons amassé 115 \$. Nous vous remercions sincèrement!

Lors de notre dernière réunion, nous avons fêté Noël. Les éclats de rire, la bonne bouffe et le plaisir étaient au rendez-vous. Nous avons tenu une réunion abrégée pour l'occasion et nous nous sommes amusées avec des jeux de toutes sortes. Nous avons eu une belle participation; nous félicitons les hommes courageux qui ont accompagné leur conjointe. Nous disons donc : À l'an prochain

Concours du mois : tablier fabriqué à l'aide d'une vieille chemise et muffins aux canneberges.
Merci à mon petit modèle, pas si petit que ça d'ailleurs lol !!



Anniversaire de janvier

- Sylvie Corriveau : 15
- Clarisse Vachon : 19
- Dolorès Guertin : 23
- Carolle Hamel : 23
- Juliette Leblond : 27

Truc:

Soins des cheveux : Pour traiter les démangeaisons du cuir chevelu, ajouter 1 à 2 gouttes d'huile essentielle de théier dans votre main avec votre shampoing. Laisser agir 2 à 5 minutes et rincer.

Muffins à l'avoine et aux canneberges



Ingédients

- 3/4 tasse (180 ml) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 1 1/2 tasse (375 ml) de farine
- 1 tasse + 4 c. à thé (270 ml) de sucre
- 2 c. à thé (10 ml) de poudre à pâte
- 1/2 c. à thé (2 ml) sel
- 1/2 tasse (125 ml) de beurre
- 2/3 tasse (160 ml) de lait
- 1 oeuf
- 2 tasses (500 ml) de canneberges fraîches ou surgelées, décongelées, hachées grossièrement
- 4 c. à thé (20 ml) de zeste de citron râpé
- 1 c. à thé (5 ml) de cannelle moulue

Préparation

1. Au robot culinaire ou au mélangeur, mouliner les flocons d'avoine en poudre, puis mettre la poudre d'avoine dans un grand bol. Ajouter la farine, 1 tasse (250 ml) de sucre, la poudre à pâte, le sel et mélanger à l'aide d'un fouet. Ajouter le beurre, à l'aide de deux couteaux, travailler le mélange jusqu'à ce qu'il ait pris l'apparence d'une chapelure grossière.
2. Dans un bol, à l'aide d'un fouet, battre le lait avec l'oeuf. Verser le mélange de lait sur les ingrédients secs. Parsemer des canneberges et du zeste de citron et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit humide, sans plus (ne pas trop mélanger). À l'aide d'une cuillère, répartir la pâte dans des moules à muffins graissés ou tapissés de moules en papier (remplir les moules aux trois quarts).
3. Dans un petit bol, mélanger le reste du sucre et la cannelle. Parsemer le dessus des muffins du mélange de sucré. Cuire au four préchauffé à 400°F (200°C) de 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le dessus des muffins soit ferme au toucher.

Rendement : 10 muffins

Inscription: 10\$ (repas inclus)
(819) 782-9243
(Diane)

Montée Ados

Main dans la main

Samedi le 21 février 2015
De 9h00 à 17h00
Pour les ados de 12 à 17 ans
monteeadosabitibi.centerblog.net

Montée Ados 2015

Thème : Main dans la main.

Le samedi 21 février 2015, de 9 h à 17 h

Pour les ados de 12 à 17 ans

Inscription : 10 \$ repas et collation inclus.

Réservez immédiatement au 819 782-9243

Diane Paradis, responsable.

Voir le blog : monteeadosabitibi.centerblog.net

Facebook : www.facebook.com/monteeadoslasarre



Dolores Guertin Audet

Mouvement
des femmes chrétiennes



LES TROIS PASSOIRES DE SOCRATE

Voici une histoire qui, si elle n'est pas nouvelle, permet toujours, et à coup sûr, de « tourner sa langue sept fois dans sa bouche avant de parler. »

Quelqu'un vint un jour trouver SOCRATE, le grand philosophe grec de l'antiquité, et lui dit : « Sais-tu ce que je viens d'apprendre sur ton ami ? »

- Un instant, dit Socrate. Avant que tu me racontes, j'aimerais te faire passer le test des trois passoires.

- Les trois passoires ?

- Mais oui, reprit Socrate. Avant de raconter toutes sortes de choses sur les autres, il est bon de prendre le temps de filtrer ce que l'on aimerait dire.

C'est ce que j'appelle le test des trois passoires.

La première passoire est celle de la VÉRITÉ.

- As-tu vérifié si ce que tu veux me dire est vrai ?

- Non. J'en ai seulement entendu parler...

- Très bien. Tu ne sais donc pas si c'est la vérité.

Essayons de filtrer avec la deuxième passoire, celle de la BONTÉ.

- Ce que tu veux m'apprendre sur mon ami, est-ce quelque chose de bien ?

- Ah non! Au contraire.

Donc continua Socrate, tu veux me raconter de mauvaises choses sur lui et tu n'es même pas sûr si elles sont vraies. Tu peux peut-être encore passer le test, car il reste la passoire de l'UTILITÉ.

- Est-il utile que tu m'apprennes ce que mon ami aurait fait ?

- Non pas vraiment.

Alors, conclut Socrate, si ce que tu as à me raconter n'est ni VRAI, ni BIEN, ni UTILE, pourquoi vouloir me le dire ?

**La prochaine rencontre mensuelle
aura lieu le premier lundi de février**

LA VIE ACTIVE

cours de piscine

au bassin thérapeutique de Macamic,
pour les personnes de 50 ans et plus

à Macamic à partir du 12 janvier 2015.

Pour plus d'information, service de physiothérapie
au 819 782-4661, poste 3220. Louise Tardif

À VENDRE

- ❑ 3 paires de skis de fond avec bottes et bâtons;
- ❑ 1 paire de bottes en poil;
- ❑ 1 couronne pour 75° avec lumières.

Dolorès 819 787-2795

Chronique agricole

Claudia Mercier

Possibilités pour le secteur agroalimentaire en Abitibi-Témiscamingue

Lors de l'AGA de la Fédération de l'UPA d'Abitibi-Témiscamingue qui a eu lieu 21 novembre dernier à Rouyn-Noranda, M. Gilbert Lavoie de Forest Lavoie Conseil a présenté une conférence sur les avantages pour le secteur agroalimentaire en Abitibi-Témiscamingue. En voici un bref résumé.

Tendances des dernières années

Partout au Québec, on assiste depuis les dernières années à une consolidation du secteur agricole. Cette consolidation est beaucoup plus rapide dans la région qu'ailleurs au Québec : entre 2006 et 2011, le nombre de fermes en Abitibi-Témiscamingue a diminué de 15 % contrairement à 1 % dans l'ensemble du Québec.

Cette diminution du nombre de fermes dans la région a été présente dans toutes les productions animales, sauf dans le végétal (cultures fourragères et céréalières) où le

nombre de producteurs a légèrement augmenté. Cette consolidation rapide du secteur agricole est préoccupante et pose un réel risque de dévitalisation pour certaines municipalités, d'autant plus que le changement de production pour les grandes cultures n'est pas nécessairement souhaitable. En effet, les productions animales créent un plus grand dynamisme dans le milieu contrairement aux productions céréalières où des cultivateurs externes peuvent venir cultiver et repartir, sans trop contribuer à l'économie locale.

Avantages à saisir

En contrepartie, les conjonctures mondiales laissent présager une augmentation de la demande en viande (grâce au développement des pays asiatiques) et une diminution du prix des céréales (exploitation du gaz de schiste qui change la donne quant à l'énergie et diminue la demande en éthanol). Le poulet et le porc, demandant relativement

peu de ressources pour produire, sont deux productions bien placées pour soutenir l'augmentation de la demande en viande. Cependant, elles nécessitent du maïs, leur augmentation entraînera donc à la hausse de prix du maïs, rendant donc moins rentables ces types de productions.

Notre région de par ses grands espaces, sa disponibilité en eau et son excellent statut sanitaire se positionne très bien pour les élevages tels que le bœuf et l'agneau. Le ratio prix bœuf/maïs avait été vraiment désavantageux ces dernières années, mais le nouvel échiquier mondial est en train de changer la donne.

Maintenant, la région doit donc se doter d'une vision partagée et d'un plan de match pour assurer le développement d'infrastructures et d'un environnement d'affaires favorable à l'investissement.

Bienvenue dans la municipalité

JOURNAL
Le Pont
de PALMAROLLE

L'équipe du Journal Le Pont a pensé que la population de Palmarolle serait heureuse de connaître les nouveaux arrivants et les nouveau-nés dans la municipalité. C'est pourquoi, nouveaux concitoyens, nous sollicitons votre collaboration pour nous aviser de votre arrivée ou celle d'un nouveau-né. N'hésitez pas à entrer en contact avec notre équipe du journal Le Pont pour que nous puissions vous présenter (ou votre poupon) et vous souhaiter la meilleure des bienvenues (une photo serait appréciée).

André Chrétien
Jean-Pierre Robichaud
819 787-2996
819 339-4255



Adresse électronique : journallepont@hotmail.com



Jeux d'enfants

Suzelle Perron

C'était hier que je jouais
Dans le hangar, derrière chez nous
Mes poupées, je les cajolais
Je les berçais sur mes genoux

C'était hier que je courais
Dans le bois derrière la maison
Avec mon frère, je construisais
Des cabanes et ça sentait bon

C'était hier que je rêvais
Sur la galerie de la maison
L'été venu, je rêvassais
Écoutant chanter les grillons

C'était hier que j'enseignais
Devant ma classe de poupées
Du matin au soir je parlais
À ces objets inanimés

C'était hier, je patinais
Sur la bottine dans la cour
C'était l'hiver, l'hiver pour vrai
J'ai souvenance des anciens jours

C'était hier, c'est terminé
Fini les jeux, la vie m'attend
Mon enfance va s'effacer
C'était hier, c'est terminé

Mais cet hier m'est redonné
Je revisite mes jeux d'enfant
Mes souvenirs me font rêver
Je revisite mes avant
À présent, je suis grand-maman!



Comment aimer l'hiver ?

On n'a peut-être pas de solutions à tout, mais on sait que l'hiver peut rimer avec plaisir! Voici quelques bonnes façons :



Sentier de ski de fond

Venez essayer notre sentier de ski de fond à Palmarolle. Vous pouvez y avoir accès à partir de l'entrée sud du village, tout près du bureau municipal. Un stationnement y est aménagé. Les Loisirs de Palmarolle investissent encore cette année pour l'entretien de ce sentier qui vous offre une belle chance de vous mettre en forme et de vous divertir en cette saison froide. Il y a un relais facile à chauffer par les utilisateurs, lequel est accessible par le sentier, à seulement 3 kilomètres du point de départ.

Nous aurons encore cette année deux belles soirées à la chandelle, ne manquez pas ça. Pour nous suivre et connaître les dates des soirées et les conditions des sentiers entretenus par une équipe de bénévoles mordus de l'hiver, visitez notre page Ski de fond de Palmarolle sur Facebook.

Les Loisirs de Palmarolle tiennent à remercier chaleureusement leur équipe de bénévoles dévoués à l'entretien de ce sentier. Merci à Alain Chartier, Marc Tanguay, Sylvain Thibodeau ainsi qu'à leur famille! Bonne saison!

Studio santé Desjardins

Promotion au Studio Santé Desjardins de Palmarolle : du 1^{er} au 31 janvier 2015, un rabais de 15 % s'appliquera sur tous les abonnements! Un bon moyen de se dégourdir après les Fêtes. Appeler Roxanne Laprise, coordonnatrice, au 819 787-2284 pour prendre rendez-vous.

Clientèle	Durée	Coût (tx incluses)	Promotion (15%)
Adulte	1 mois	40 \$	34 \$
	3 mois	100 \$	85 \$
	1 an	270 \$	229,50 \$
Étudiant	1 mois	35 \$	29,75 \$
	3 mois	85 \$	72,25 \$
	1 an	235 \$	199,75 \$
Couple	1 mois	70 \$	59,50 \$
	3 mois	175 \$	148,75 \$
	1 an	450 \$	382,50 \$



Sentiers du Domaine Roch Paradis

De plus, il est également possible de profiter de l'hiver en raquettes, avec les enfants en traîneau, ou tout simplement à pied dans les sentiers du Domaine Roch Paradis, situé au coin de la 12^e Avenue et de la rue du Domaine. Ces pistes sont entretenues par deux bénévoles, soit Allan Fortier et Réal Morin. Détente et bien-être assurés! Merci à vous et bon hiver!

Piste cyclable Desjardins

Si vous souhaitez profiter de la nature dans un sentier balisé, mais non damé, venez essayer la piste cyclable Desjardins en hiver! Entre la plage Rotary et le bout du petit Rang 8, vous profiterez d'un sentier de 2 km de longueur pour vous dégourdir. Si vous êtes un peu curieux, vous pourrez en profiter pour voir l'avancement des travaux d'installation du gazébo à la halte routière. N'oubliez pas qu'il est interdit d'y circuler en motoneige, alors on sort nos raquettes et on bouge! Pour des questions ou commentaires concernant ces trois joyaux de notre village, vous pouvez communiquer avec Roxanne Laprise, coordonnatrice des loisirs de Palmarolle inc., au 819 787-2284.



Ski de fond de Palmarolle

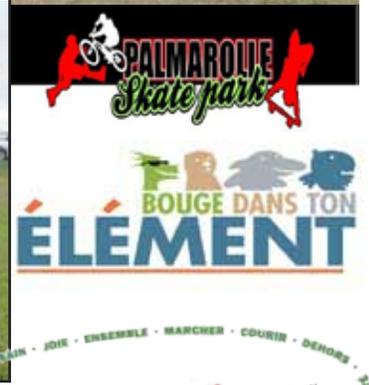
À LOUER

Deux logements de 3 1/2
présentement disponibles pour les personnes âgées de 65 ans et plus ayant un faible revenu.

Pour plus d'information, contactez Josette Bégin, au 819-787-2354 après 18 heures.



Au revoir 2014!



L'année 2014 fut une année bien remplie pour toute l'équipe des Loisirs de Palmarolle inc.

Cette année, nous avons collaboré avec différents partenaires à l'élaboration d'un calendrier sportif dans le cadre du défi 5/30 dans les mois de mars et d'avril. Les activités : hockey-bottines, pique-nique hivernal, tintamarre Go les jambes, disco-patin, zumba en famille, camp sportif/culinaire, le tour du monde de karibou ainsi que le ballon-chasseur ont attiré bon nombre d'adeptes de l'activité physique.

Aussi, en 2014, la *dégustation vins et fromages* est « déménagée » à l'aréna. Certes, ceci nous a demandé quelques ajustements, mais nous a surtout permis d'y accueillir davantage de convives, soit environ 250.

Ensuite, Go les jambes avec sa 3^e édition, a fait marcher ou courir 476 personnes! Ce fut un réel succès, malgré la pluie qui tombait ce matin-là!

Au cours de l'été, il faut continuer de faire bouger nos jeunes! Ce fut donc 61 inscriptions pour le camp de soccer, qui se résume en quelques pratiques et joutes amicales contre l'équipe de Macamic. De plus, notre camp de jour a accueilli 35 enfants qui ont passé un été bien rempli en bonne compagnie.

Avec l'arrivée de l'automne venait l'inauguration officielle de la piste cyclable Desjardins! Après des années de travail, toute

l'équipe était bien fière de vous inviter à venir apprécier ce sentier tout près de chez vous. L'avant-midi fut bien rempli et des activités Wixx ont été proposées aux enfants présents.

Ensuite, nous vous avons invités à venir festoyer à la *soirée bières et saucisses*. Vous avez été nombreux, soit un peu plus de 200 personnes, à vous joindre à la fête. Nous croyons avoir trouvé cette année une formule gagnante et nous espérons que vous vous y soyez bien amusés.

Au cours du mois de novembre, nous avons invité les enfants d'âge préscolaire à venir s'amuser avec leurs parents à l'activité « Bouge dans ton élément ». Nous avons eu près de 20 inscriptions et les familles se sont déplacées pendant les cinq semaines du cours. Merci d'ailleurs à Anaïs Durand pour ses bons services!

En plus de toutes ces activités ponctuelles, les employés et bénévoles de Loisirs de Palmarolle s'occupent de l'entretien de la piste de ski de fond, des sentiers du Domaine Roch Paradis et de la piste de BMX. Aussi, il est important de voir au bon fonctionnement de l'aréna durant la saison froide. Vous êtes invités à venir patiner ou jouer au hockey à toutes les semaines! Finalement, les Loisirs de Palmarolle se sont joints au projet du « planchodrome Palmarolle (skatepark) » mené par Valérie Caron et son équipe d'adolescents.



Comme je vous le disais, une belle année très bien remplie est désormais derrière nous. Cette année nous a aussi donné une nouvelle coordonnatrice en or, notre chère Roxanne Laprise! En plus d'avoir travaillé avec elle, le CA des Loisirs a pu compter sur l'aide de nombreux bénévoles dans toutes les activités mentionnées plus haut. Nous tenons à vous remercier chaleureusement pour votre implication qui est plus qu'appréciée. Pour offrir un milieu de vie actif à la population de Palmarolle, votre aide est nécessaire. Merci mille fois! Merci aussi à l'équipe d'enseignants, d'élèves et de parents du voyage de l'école Dagenais. Notre partenariat avec vous pour les soirées « vins et fromages » et « bières et saucisses » en 2014 fut grandement apprécié. Vous êtes une équipe formidable et professionnelle! Finalement, merci à tous les employés qui ont travaillé pour les Loisirs cette année. Votre dévouement et vos compétences sont remarquables et nous permettent d'offrir des services de qualité à la population.

En terminant, l'équipe du CA des Loisirs de Palmarolle et Roxanne vous souhaitent une année 2015 riche en moments partagés en famille et où la santé sera des vôtres! Au plaisir de vous compter parmi nous en 2015 pour une année sûrement tout aussi intense!

Jeannot, Guy, Josianne, Cristine, Ghislain et Jacques

Pêche blanche nouveau genre



Félix Goulet

Chronique de pêche

Dame nature ayant recouvert la région de son manteau d'hiver, pour bien des pêcheurs, c'est synonyme de pêche sur glace! Cette activité rejoint un bon nombre d'adeptes dans notre petit coin de pays. Plusieurs d'entre vous, au moment de lire ce texte, doivent déjà avoir placé leur cabane sur le lac Abitibi.

Comme toute autre activité, la pêche blanche a bien évolué au cours des dernières années. Maintenant, des équipements spécialisés sont disponibles afin d'améliorer notre succès. La grande majorité des pêcheurs installent leur cinq brimballes et attendent que les poissons se manifestent. Quoique cette technique reste encore relativement productive, il est possible d'améliorer nos résultats.

Depuis fort longtemps, je pêche avec de petites cannes à dandiner. Ces modèles réduits des cannes que l'on voit durant l'été sont des armes redoutables pour prendre du poisson sur la glace. Le mouvement continu que vous effectuerez en dandinant un leurre quelconque sera tellement efficace, que vous capturerez la majorité des poissons sur cette dernière.

La technique est simple, descendez votre présentation à 5 ou 6 pouces du fond. Ensuite, à l'aide de petits coups, on donne un effet de sautillerment à notre leurre. Il est important de prendre une pause d'une dizaine de secondes entre chaque séance de dandinement. Les poissons sont engourdis l'hiver. Comme ils ne sont pas aussi actifs, il faut leur laisser le temps de saisir l'appât. Souvent ce sera lors de l'arrêt.



Photo de Félix Goulet

Les leurres sont nombreux sur le marché. Les compagnies dessinent aujourd'hui des offrandes destinées à la pêche blanche. Mes préférées sont les petites cuillères à dandiner. Je pêche ces dernières en plaçant seulement la tête d'un mené dessus. Transpercez une patte du trépied à travers le crâne et le tour est joué. Vous pouvez pêcher aussi avec une dandinette conventionnelle appâtée d'un mené entier. On place le mené de manière à ce qu'il soit présenté à l'horizontal, comme si ce dernier était vivant.

Il existe même des poissons nageurs

qui sont destinés à la pêche blanche. Je pêche régulièrement ce type de leurre et j'obtiens de très bons résultats. Ce qui est incroyable en utilisant cette présentation, c'est qu'aucun appât naturel ne sera rajouté. En manipulant le petit poisson correctement, vous déjouerez le plus méfiant des dorés.

Je vous mets au défi de tenter l'expérience. Je suis convaincu que vous aurez beaucoup plus d'action sur votre petite canne, que sur les quatre autres brimballes qui seront installées. Bonne pêche et soyez prudents sur la glace!!!



Gilles Fortier

En anglais on dit : « Antique Chinese Padlocks »

Pourquoi en anglais? Parce que c'est plus facile à trouver sur le net. Au départ, il n'a pas été évident de trouver à quoi servait cet objet. Par hasard, après avoir vu une de mes photos, une de mes nièces m'a dit que sa mère s'était achetée un coffret avec ce genre de cadenas. La date de fabrication se situe au début du XIX^e siècle. Sur une photo, vous pouvez voir le cade-



nas ouvert. Pour l'ouvrir, on doit insérer la petite tôle recourbée dans l'orifice et pousser fort ce qui fait sortir le mécanisme à ressort de la petite boîte. Par la suite, on le fixe sur une serrure et on referme tout cela, comme sur le coffret de l'image ci-dessus.

Centre de santé et de services sociaux
des Aurores-Boréales

Service de première ligne

LE TESTAMENT

(Première partie)



Un document qui vous permet de partir en toute sérénité.

Vous voulez faire un testament, mais vous ne savez pas par où commencer, qui consulter pour sa rédaction, quoi prévoir comme dispositions. Si vous décidez de ne pas en faire, quelles en **seront les conséquences?**

En premier lieu, précisons qu'il existe trois (3) formes de testament reconnues par la loi.

TESTAMENT NOTARIÉ

Ce testament doit obligatoirement être reçu par un notaire.



TESTAMENT DEVANT TÉMOINS

Ce testament est fait devant témoins.

Il peut être écrit à l'aide de n'importe quel moyen technique et doit être signé par vous ainsi que par deux (2) témoins.

TESTAMENT OLOGRAPHE

Ce testament doit être entièrement écrit et signé de votre main.



Un testament olographe qui a été dactylographié à la machine à écrire, enregistré sur support informatique ou dont la lecture a été filmée sur une cassette vidéo est **INVALIDE**.

Vous pouvez consulter un avocat ou un notaire et certains d'entre eux peuvent même se déplacer, si vous êtes incapable de le faire.

Vous pouvez consulter les services de référence du **Barreau du Québec et de la Chambre des notaires du Québec** afin d'obtenir des coordonnées.

Si vous désirez **modifier votre testament**, soyez informé des règles qui encadrent la rédaction et le contenu de ce type d'acte et ce, afin de vous assurer que vos dernières volontés soient respectées.

Si vous décidez **de ne pas faire de testament**, ce sont les **règles du Code civil du Québec** qui détermineront qui, parmi les membres de votre famille, seront les héritiers et dans quelle proportion votre succession sera partagée.

Rien ne vous oblige de remettre une copie de votre testament à qui que ce soit. Prendre note que votre capacité de faire votre testament est évaluée au moment de la rédaction ou la modification de celui-ci. Cela vise à vous protéger.

Marie-Chantal Michaud, travailleuse sociale
CSSS des Aurores-Boréales
CLSC Palmarolle
819 787-2216, poste 234