

L'Alliance de Preissac

PP40785089

Journal communautaire

www.preissac.com

Facebook : Journal L'Alliance de Preissac

180, avenue du Lac, Preissac, J0Y 2E0
journalalliance.preissac@cablevision.qc.ca

Décembre 2020 Vol. 29 # 5 Gratuit 1225 exemplaires

Manoir des Rapides Preissac

912, avenue du Lac, Preissac
819 732-8623

Resto et Bar

Fermés jusqu'en janvier 2021

Dépanneur

Tous les jours de 5 h 30 à 22 h
24 déc. : de 5 h 30 à 20 h
25 déc. : fermé
26 et 27 déc. : de 12 h à 20 h
31 déc. : de 5 h 30 à 20 h
1^{er} janvier : fermé
2 janvier : de 12 h à 20 h

Disponibles au dépanneur :

Pizza 13" fraîche, repas familial et
comptoir lunch.

Cartes de Bingo Boréal

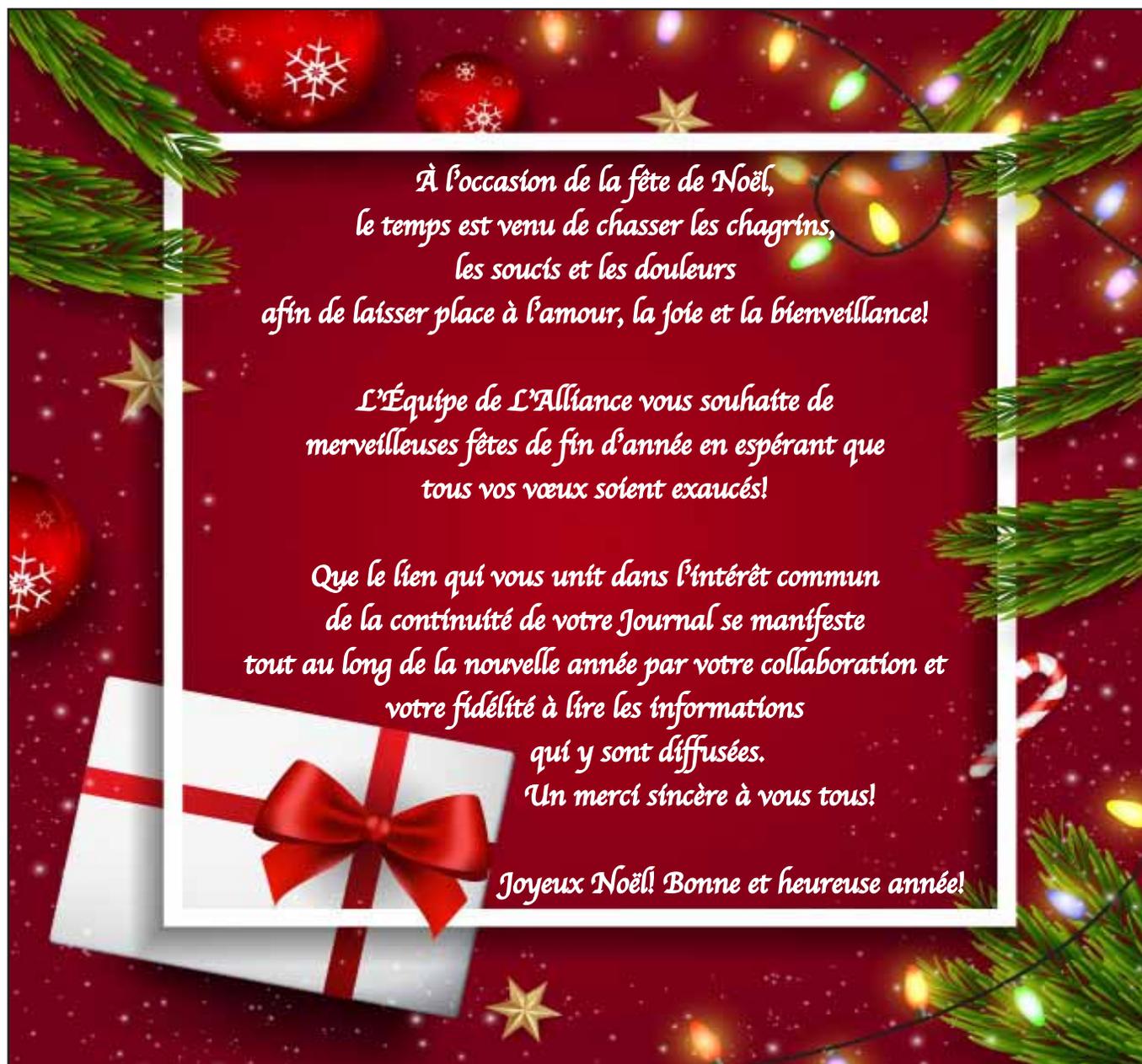


Que ce temps des Fêtes
et votre prochaine année
soient marqués par la paix,
le bonheur, la santé,
la réussite et la prospérité.

Suivez-nous sur notre page Facebook!

Merci de votre encouragement!

Nathalie Inkel et Éric Gosselin



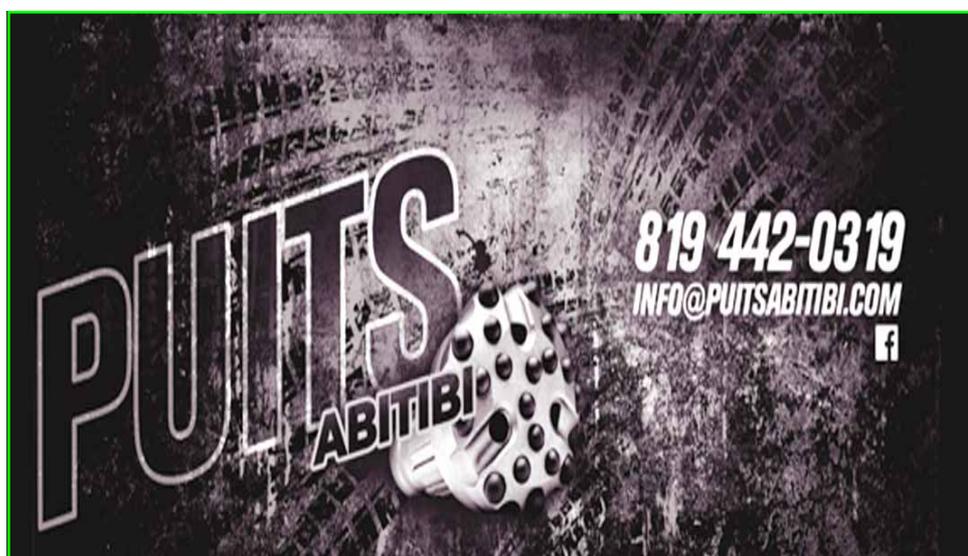
*À l'occasion de la fête de Noël,
le temps est venu de chasser les chagrins,
les soucis et les douleurs
afin de laisser place à l'amour, la joie et la bienveillance!*

*L'Équipe de L'Alliance vous souhaite de
merveilleuses fêtes de fin d'année en espérant que
tous vos vœux soient exaucés!*

*Que le lien qui vous unit dans l'intérêt commun
de la continuité de votre Journal se manifeste
tout au long de la nouvelle année par votre collaboration et
votre fidélité à lire les informations
qui y sont diffusées.*

Un merci sincère à vous tous!

Joyeux Noël! Bonne et heureuse année!



819 442-0319
INFO@PUITSABITIBI.COM



C'est Noël!

*Souriez, rêvez, donnez, partagez, faites des vœux!
Le temps est venu de croire en la magie des jours de fête!*

Joyeux Noël et bonne année à tous et à toutes!

Dépanneur 4 Saisons

187, avenue du Lac, Preissac
819 759-4429

Heures régulières d'ouverture

du dimanche au jeudi : 7 h à 20 h

vendredi et samedi : 7 h à 21 h



*Que la magie de Noël transforme votre foyer en un havre de paix,
où règnent bonheur et gaieté!*

*Nous vous souhaitons un excellent Noël et une merveilleuse année
remplis d'amour et d'amitié.*

Visitez notre page Facebook : Dépanneur 4 Saisons

Au plaisir de vous voir!

Lise Goulet & Yoland Nolet

Pensée du mois

Ta vie est comme un livre... Ne saute aucun chapitre et continue de tourner les pages. Tôt ou tard, tu comprendras pourquoi chaque chapitre était nécessaire.

Local de santé - Preissac Horaire de l'infirmière

Andrée Croteau

Jeudi 28 janvier : Prises de sang seulement
Jeudi 25 février : Prises de sang seulement
Jeudi 25 mars : Prises de sang seulement

Sur rendez-vous seulement, communiquez avec le CLSC au 819 732-3271, poste 4202.

Pour de plus amples information, voir la publicité en page 5 du présent journal.

L'inspecteur vous informe

Votre inspecteur municipal est disponible pour vous rencontrer, émettre des permis et répondre à vos questions tous les mercredi de 8 h 30 à 17 h et les jeudis de 8 h 30 à 12 h.

Vous pouvez prendre rendez-vous par téléphone au 819 732-4938 ou par courriel à info@preissac.com.

Prenez de l'avance et faites parvenir vos questions à inspection@preissac.com.

Il est très important d'avoir les bonnes informations avant d'effectuer vos travaux. Cela pourrait vous faire économiser temps et argent.

Bon succès dans vos projets!

Sommaire

Coin santé	2
Votre calendrier est disponible	2
400 000 \$ investis au Manoir	3
Une impressionnante sortie de route	3
Nécrologie	4
Horaire du bureau municipal	4
Horaire des messes de Noël	4
Ouverture du Complexe récréatif	4
Chronique de nos aînés	5
La Biblio Sud	5
Consignes pour les services infirmiers	5
Tirage au sort pour la chasse	6
La page écologique	7
Pub du MSSS	8 - 9 et 10
Souhaits de l'école Saint-Paul	11
Suite souhaits de l'école Saint-Paul	12
Lancement de l'opération nationale	13
Pub RABQ	13
Recette	14
Jeux	14 & 15
Recette	16

Coin santé

Outil de communication : la méthode des quatre questions

Marielle Rioux, intervenante sociale

« Lorsqu'on est proche aidant d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif, il peut être difficile de comprendre ses comportements. C'est pourquoi il existe cette méthode permettant de cerner dans quelles conditions les comportements dits étranges ou inopportuns se présentent. »

Il est très rare qu'un comportement n'ait pas de cause, elle peut toutefois être complexe à déterminer. La clé réside donc dans l'observation. Voici les questions à se poser :

1. Que fait la personne, quels sont ses gestes et ses paroles (mimiques, regards, sourire, sourcils froncés, démarche, trajet, gestes, mots utilisés, nervosité, tristesse, joie...)?

2. Dans quelles circonstances la personne fait-elle ces gestes et dit-elle

ces paroles? À quel moment de la journée? Est-ce inhabituel?

Facteurs d'ordre physique (constipation, douleur, vêtements trop serrés, soif, faim)?

Facteurs environnementaux (température, bruit, ton de voix, rires bruyants, trop de visiteurs, inconfortable après repas, sortie ou à son lever, cherche quelque chose)?

Facteurs provenant de l'attitude de l'accompagnateur (forcée à faire une activité, on parle devant elle comme si elle n'était pas là, tirée par le bras pour qu'elle avance plus vite, sent notre impatience, notre inquiétude, notre peur)?

3. Ses gestes ou paroles ont-ils des conséquences? Si non, on peut sim-

plement les ignorer. Si oui : lesquelles? Pour qui? Y a-t-il du danger? Est-ce réellement inopportun ou est-ce que cela fait simplement nous agacer?

4. Qu'est-ce qui se passe quand tout va bien? Qu'est-ce qui est différent? Quels sont les éléments qui semblent apaiser la personne, la rendre heureuse?

Apprécie-t-elle une activité en particulier? L'idéal est de tenter de reproduire ces circonstances le plus souvent possible. Cependant, ce qui fonctionne avec la personne aujourd'hui peut ne plus fonctionner demain ou dans une semaine. Il est donc important de bien observer l'évolution de la maladie.

Société Alzheimer
Abitibi-Témiscamingue
secteur MRC d'Abitibi
819 727-1221



Votre calendrier est disponible

Le calendrier des jours de collecte des déchets, du compostage et du recyclage de Preissac est maintenant disponible.

Vous êtes résident saisonnier ou permanent et désirez vous procurer cet outil d'information? Vous pouvez vous rendre dans l'un des dépanneurs de Preissac ou au bureau municipal où il est disponible gratuitement.



Alliance, Courrier 2^e classe

mensuel distribué gratuitement, 10 parutions par an, à 1225 exemplaires

Tombée	Distribution	Édition
8 janvier	27 janvier	Janvier 2021
5 février	24 février	Février 2021
12 mars	31 mars	Mars 2021

Siège social : 180, avenue du Lac, Preissac QC J0Y 2E0
Téléphone : 819 759-4141
Courriel : journalalliance.preissac@cablevision.qc.ca

**Horaire d'ouverture du bureau :
sur rendez-vous seulement. Merci!**

L'Équipe :

Photographies : l'équipe du Journal

Danielle Magny	819 759-4141
Éloïse Bisson	
Jean-Jacques Dupuis	
Julianne Pilon	
Marie-Josée Veilleux	819 442-2273
Martine Flageole-Fortin	
Nicole Marcil	

tc.TRANSCONTINENTAL
1500, Jules-Poitras
Saint-Laurent QC H4N 1X7

Dépôt légal aux Bibliothèques nationales
du Québec et du Canada



Culture
et Communications



Un investissement de 400 000 \$ pour le Manoir des Rapides

Marie-Josée Veilleux



La traditionnelle coupe du ruban a été réalisée par Nathalie et Éric sous les yeux des personnes présentes lors de cet événement. Félicitations pour votre investissement et une longue vie à votre commerce est souhaitée.



Le curé de la paroisse, Bienfait Kassé, a béni les nouvelles installations.



Monsieur le maire, Donald Rheault, était de la fête avec son épouse Sylvie Roy.

C'est le 4 décembre dernier que les propriétaires du Manoir des Rapides, Nathalie Inkel et Éric Gosselin, tenaient un 5 à 7 extérieur pour inaugurer officiellement la station-service, sous la bannière Harnois.

Une trentaine de personnes se sont déplacées dont quelques dignitaires et entrepreneurs qui ont contribué à l'implantation de ces nouvelles installations pétrolières.

C'est une somme importante qui a été investie, mais c'était devenu nécessaire afin d'assurer la protection de l'environnement. « C'est un investissement important, mais on est à jour. On est confiants que nos installa-

tions sont conformes au niveau environnemental », de dire Éric Gosselin.

« On a à cœur notre village. On veut que les citoyens de Preissac aient un bon service. Notre nouvelle station-service est plus moderne et offre un plus grand accès pour les gens qui viennent faire le plein avec des roulettes ou des bateaux. Et l'hiver, les motoneigistes vont pouvoir se ravitailler en essence plus rapidement car il y a plus de pompes », ajoute monsieur Gosselin.

Lors de l'ouverture de la rencontre, animée par l'agente de développement Manon Viens, Éric Gosselin a remercié, en tout premier lieu, les clients qui les encou-

ragent chaque jour et rendent ce rêve réalité. Il n'a pas manqué de remercier la Municipalité de Preissac, Harnois Énergie, Équipement Claude Pedneault, François Boilard électricien, les employés du Manoir ainsi que sa partenaire de vie et d'affaires, Nathalie.

Le maire de Preissac a aussi adressé un mot aux gens présents. « Ils nous disent on veut vivre à Preissac, on veut investir à Preissac, et je pense que comme citoyens et citoyennes, on doit continuer d'encourager nos entreprises locales. Le conseil municipal est derrière vous. Et je le dis aussi pour les autres entreprises de Preissac, soyez assurés qu'on va être avec vous dans votre développement ! »

Une sortie de route qui aurait pu être plus grave

Marie-Josée Veilleux
Photo : Dany Giguère



C'est le 28 novembre, au retour d'une intervention sur un accident de la route, que le camion 302, de la caserne du secteur village, s'est retrouvé dans une fâcheuse position. Les conditions de la route étant mauvaises à cause de la glace, le conducteur a perdu la maîtrise du véhicule dans la courbe près du sentier des 3 Lacs.

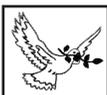
Un premier répondant explique : « Nous étions en chemin vers une intervention pour accident de la route, en soutien à l'équipe de pompiers et premiers répondants du secteur Tancred. En cours de parcours, notre chef pompier nous prévient que notre présence n'est plus requise, la situation étant sous contrôle, et de faire demi-tour. Nous étions les deux véhicules du secteur village. Nous avons donc suivi les ordres et pris le chemin pour un retour à la caserne. C'est lors de ce retour que la perte de contrôle est survenue. Les conditions routières étaient très difficiles. La glace recouvrait la chaussée. »

« Lorsque l'appel du pompier dans le camion a été fait, je savais ce qui venait d'arriver, mais je n'en savais pas la gravité. J'ai fait demi-tour pour aller porter secours à mon confrère pompier. »

« Heureusement, il était debout sur ses jambes à mon arrivée et rien de grave comme blessure autre que quelques égratignures sur les mains. L'équipe de pompiers n'a pas tardé à arriver pour venir apporter soutien à leur confrère, sécuriser les lieux et évacuer tout le matériel du camion. Dès que ce fut possible, les remorqueuses ont pu faire leur travail et sortir le camion du fossé. »

Il est certain que cette sortie de route apporte des inconvénients pour la brigade des pompiers et pour la municipalité. Cependant, la couverture n'a pas été compromise car des ententes ont rapidement été faites avec les villes et villages avoisinants afin d'assurer la protection des citoyens de Preissac. La rapidité d'action du chef pompier et de la direction municipale a fait en sorte qu'une location a été faite. Le camion loué était à la caserne, prêt à l'utilisation, dès le vendredi soir, grâce au travail de toute l'équipe.

L'implication de la brigade des pompiers et des premiers répondants n'est plus à faire à Preissac. Le service aux citoyens reste une priorité. Merci à chacun pour votre dévouement!



Nécrologie

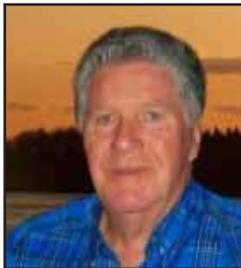


- Est décédé au CISSS AT de Rouyn-Noranda le 8 décembre 2020 à l'âge de 78

ans, **M. Éloi Girard**, domicilié à Rouyn-Noranda, fils de feu François Xavier Girard et de feu Marie Gosselin.

M. Girard laisse dans le deuil ses enfants; son petit-fils; ses sœurs; ses beaux-frères et belles-sœurs; ses neveux et nièces dont Louis Girard de Preissac; ainsi que de nombreux parents et amis.

- Est décédé au CISSS AT Hôtel-Dieu d'Amos le 8 décembre 2020 à l'âge de 76 ans, **M. Jean Garant**, domicilié à Preissac,



Danyele Viger.

Outre son épouse, M. Garant laisse dans le deuil ses enfants : Christine et Francis; ses petits-fils: Gabriel et Jordan; ses sœurs Cécile et Thérèse; son frère Robert (Marie-Rose) de Preissac; ses fidèles compagnons: Portos et Chinook; ses beaux-frères et belles-sœurs; ses neveux et nièces ainsi que de nombreux parents et amis.

À toutes les personnes touchées par la perte d'un être cher, l'équipe de L'Alliance vous offre ses plus sincères condoléances.

fils de feu Georges Garant et de feu Marie-Louise Fortier, époux de



Vous êtes tous conviés à la **Messe de Noël** afin de célébrer la naissance de l'enfant Jésus.

La messe aura lieu le 24 décembre à 19 h en l'église Saint-Raphaël de Preissac.



À cause du Covid, merci de réserver vos places.

Brigitte : 819 727-9291



Notez que nos bureaux seront fermés à compter de 16 h 30 le vendredi 18 décembre.

De retour le lundi 4 janvier 2021



Pour toute urgence appelez M. Yvan Lachance

819 218-9568

IMPORTANT***IMPORTANT***IMPORTANT

En raison de la situation que nous vivons présentement, à cause de la pandémie, la décision concernant l'ouverture du Complexe récréatif Jacques Massé vous sera divulguée à la mi-janvier.

Le conseil municipal et l'administration de la Municipalité suivent minutieusement tout changement au sujet de l'état de la zone de notre région.

Soyez assurés que toutes les mesures sanitaires liées au COVID-19 seront mises en place pour la protection de tous.

Vous aurez plus de renseignements via la page Facebook de la municipalité et par publipostage.

Consignes pour les services infirmiers

Prélèvements sanguins

Vous devez prendre rendez-vous au centre de prélèvement de l'Hôpital d'Amos :

Par internet sur le site **Clic Santé** ou
Par téléphone au 819 732-0165

Si nous avons déjà votre requête, elle sera envoyée au laboratoire. Vous devez tout de même prendre rendez-vous.

Services de santé courants

À compter du vendredi 13 novembre 2020, vous devez prendre rendez-vous avec le Centre de services ambulatoires de l'Hôpital d'Amos :

Par téléphone au 819 732-3341, poste 2649

Les services sont disponibles du lundi au dimanche, incluant les jours fériés, de 8 h à 16 h.

Usagers diabétiques sans médecin de famille

Pour rencontrer une nutritionniste, vous devez prendre rendez-vous :

En personne au CLSC d'Amos ou
Par téléphone au 819 732-3271, poste 4302

Les services au CLSC d'Amos sont disponibles du lundi au vendredi de 8 h à 16 h 30.



Vous êtes inquiet pour votre santé?
Composez le 811

Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue
Québec

Joyeux anniversaire

Pour le mois de janvier, l'équipe du journal offre ses **meilleurs vœux** à tous ceux qui fêteront leur anniversaire de naissance, de mariage ou autre. En cette journée spéciale, soyez heureux avec les gens que vous aimez!



Prompt rétablissement



L'équipe de L'Alliance offre des souhaits de prompt rétablissement à tous ceux et celles qui éprouvent des problèmes de santé. Riez! car le rire c'est la santé!!!

Vous déménagez et voulez encore recevoir votre journal!!

Contactez directement l'équipe de L'Alliance, car en cas de retour de votre journal, votre nom sera retiré de la liste d'envoi.

courriel : journalalliance.preissac@
cablevision.qc.ca
téléphone (boîte vocale) : 819 759-4141,
courrier : Journal L'Alliance de Preissac,
180, avenue du Lac, Preissac, QC, J0Y 2E0

Envoi électronique

Vous pouvez recevoir L'Alliance par courriel. Il vous suffit de communiquer avec l'équipe aux coordonnées mentionnées plus haut. Vous serez ainsi inscrit sur la liste d'envois et ferez un geste écologique en sauvant du papier.
Merci!!!



Chronique de nos Aînés

Marielle Lacasse, secrétaire

Les membres du Club de l'Âge d'Or de Preissac souhaitent à tous un joyeux Noël et une bonne et heureuse année. Que cette période de festivités remplisse vos cœurs de bonheur!



Biblio Sud

Inscription gratuite, venez en profiter

Prendre le temps de remercier

Nicole Marcil, responsable

En cette fin d'année qui approche, je désire prendre le temps de remercier les précieux bénévoles de notre bibliothèque municipale pour le généreux et important travail réalisé tout au cours de l'année. Grâce à cette belle équipe, un service de qualité est accessible à tous les citoyens et citoyennes de Preissac. Merci du fond du cœur à André, Diane, Jean-Marie, Gaston, Ghislaine, Martine, Mireille, Paul et Yolande. Passez un agréable temps des Fêtes!

thèque, d'utiliser les services qui vous sont offerts. Votre bibliothèque est là pour vous et l'équipe des bénévoles est toujours heureuse de vous recevoir et de vous servir.

La bibliothèque sera ouverte le 23 décembre de 16 h à 18 h : profitez-en pour venir faire le plein de livres en prévision de la période des Fêtes. En compagnie de bons livres, on n'est jamais seul!

Joyeuses Fêtes et bonne année à tous les gens de Preissac!

Jours et heures d'ouverture :

Mercredi de 16 h à 18 h et
Vendredi 14 h à 16 h
les 25 et 30 décembre : fermée
1^{er} janvier : fermée

Tél. : Biblio. : 819 759-4138



Je veux également remercier la Municipalité de Preissac d'être à l'écoute des besoins de sa bibliothèque et du soutien qu'elle lui accorde, contribuant ainsi à offrir un service de qualité et en respect aux règles sanitaires de la Santé publique.

Enfin, je désire vous remercier, vous, les usagers de la biblio-

Entrepreneur Général

RBO : 5698-3384-01

Construction

Rénovation

Commercial

Résidentiel



jcARRIERE@jc-eco-reno.com

www.jc-eco-reno.com

Jacques Carrière : Président
51 Chemin Doré, Preissac
J0Y 2E0

819 218-3709

Félix Champagne : Chargé de Projet.
31 Rue Pronovost, Amos
J8T 4H7



Nous vous souhaitons à tous de très belles Fêtes! Que l'amour, la paix, la joie et la lumière remplissent vos cœurs et chacune de vos cellules familiales.

Josée et Jean-Jacques Dupuis

C'est le cœur rempli de lumière et de chaleur que nous vous souhaitons le plus merveilleux des Noël!

Que cette journée soit riche en douceur et qu'elle vous apporte l'amour et la paix.

Joyeux Noël!

Bonne et heureuse année!

La brigade du service incendie et premiers répondants de Preissac



Gilles Prévost, Tony Bolduc, Richard Lemire, Yan Gosselin, Daniel Lafrance, Rémi Pitre, Alan Shushack, Luc Dumulon, Pierre Brunet, Dany Giguère, François Lessard, Éric Lévesque, Sylvie Cholette, Karine Lachance, Johanie Avoine, Françoise Raby, Marie-Josée Veilleux, Mélanie Bibeau, Julie Côté, Aline Lamontagne et Mélanie Marcil.

Tirages au sort

Encore plus de possibilités pour une chasse en sécurité

Les inscriptions aux différents tirages au sort de séjours de chasse au gros gibier en vue de l'automne prochain dans les réserves fauniques et à Sépaq Anticosti s'étendront du mardi le 1^{er} décembre 2020 au vendredi 15 janvier 2021.

Le nouveau plan de gestion du cerf de Virginie mis en place cet automne rend possible la récolte de deux bêtes grâce à l'achat de deux permis de chasse distincts. Plus besoin de faire un choix entre une réserve faunique et votre territoire habituel pour vous adonner à votre activité préférée. Il est possible de se rendre aux deux endroits et de vivre sa passion à fond.

À noter, le tirage au sort pour l'original dans la réserve faunique La Vérendrye a été repoussé au mois de mars 2021. Cette mesure qui n'affecte pas le reste de l'offre de la réserve

visé à favoriser la poursuite des négociations entreprises entre les communautés algonquines de la région et le gouvernement du Québec à propos de la chasse à l'original.

Des mesures pour une expérience sécuritaire et agréable

La Sépaq a mis en place une série de mesures afin d'offrir une expérience de chasse agréable et sécuritaire dans les réserves fauniques et à Sépaq Anticosti. Comme cela a été le cas cette année, si la pandémie devait empêcher quiconque de pouvoir profiter de son séjour ou que la Sépaq n'était pas en mesure de l'honorer, des modalités souples de crédit ou d'annulation seront appliquées pour les réservations de l'an prochain.

Une expérience en ligne bonifiée pour les chasseurs

Depuis l'an dernier, l'inscription en ligne aux différents tirages au sort a été grandement améliorée. Le processus d'inscription aux différents types de chasse a été simplifié à travers des interfaces épurées et intuitives. L'étape des « appels aux gagnants » a aussi été bonifiée : tous peuvent maintenant suivre en ligne la disponibilité des différents secteurs à mesure qu'ils ont été sélectionnés par les gagnants.

Une offre unique sur des territoires exceptionnels

La Sépaq continue d'innover pour offrir aux chasseurs un séjour et une expérience de qualité supérieure dans des territoires vastes, exclusifs et sécuritaires avec un taux élevé de succès.

Pour de plus amples renseignements : www.sepaq.com/tirages

Pour ce Noël, nous vous souhaitons autant de bonheur qu'il y a de flocons dans le ciel, autant d'amour qu'il y a d'étincelles dans le feu d'une cheminée, autant de bonnes nouvelles qu'il y a d'aiguilles sur le sapin, et autant de chance qu'il y a de cadeaux dans la hotte du Père Noël!



Joyeuses fêtes de fin d'année!

Votre Cercle de Fermières de Preissac

AGNICO EAGLE VOUS SOUHAITE UN

JOYEUX TEMPS DES FÊTES!

PRENEZ SOIN DE VOUS ET DE VOTRE FAMILLE!

La page écologique

Manon Derome

Ensemble, on peut poser plusieurs gestes pour notre planète.

Nous sommes, en 2020, dans une pandémie mondiale qui donne à réfléchir sur nos habitudes de consommation. L'urgence d'agir au niveau climatique est plus qu'impératif et nous devons tous changer nos habitudes de disposer des matières résiduelles provenant de notre (sur)consommation.

S'il y a une leçon à retenir de la pandémie vécue cette année, et ce dans tous les domaines, c'est qu'il faut être capable de s'adapter et d'accepter de changer nos habitudes de vie.

Abordons le mouvement Zéro Déchet.

Le terme zéro déchet vient du mouvement visant à réduire la quantité de déchets produits, en agissant individuellement et collectivement. Cette stratégie repose sur cinq principes : Refuser d'acheter des produits à usage unique, Réduire, Recycler, Réutiliser et Composter.*(5R)

L'objectif étant de réduire la quantité de matières qui prennent le chemin de l'enfouissement, processus contribuant largement au phénomène de réchauffement des températures.

Les québécois produisent

une quantité de matières à être enfouie per capita des plus élevées au monde!

Faire du compost maison (végétaux uniquement) et participer à la collecte des matières pour le bac brun (végétaux, animaliers et laitiers) permet de réduire de 50 % les déchets de la cuisine qui prendront le chemin de l'enfouissement. La prochaine chronique traitera plus en détails des trucs pour le compostage.

Selon les principes *Zéro déchet*, au niveau de la cuisine, voici quelques exemples de trucs pour réduire la quantité de matières à être enfouie :

*Recyclage, ne mettez que des papiers, cartons, boîtes de conserves propres dans le recyclage (bac bleu); utilisez les cartons, papiers souillés comme matières sèches pour le compost (bac brun);

*Réutiliser les contenants de plastiques achetés avec de la nourriture pour remettre au frigo ou au congélateur des aliments plutôt que d'acheter des contenants vides ou des sacs de plastique;

*Favorisez l'emballage avec du papier d'aluminium (100 % recyclable) plutôt que la pellicule de plastique. Utilisez les sacs de pain vides pour réemballer si le plastique est absolument nécessaire;

*Les sacs de lait sont préférables au format en carton;

*Garder dans la boîte à lunch ou dans l'auto : une paille durable, une bouteille d'eau, une tasse à café et des ustensiles réutilisables;

*Utilisez les vieilles serviettes et les vieux vêtements pour réduire l'utilisation du papier absorbant dans la cuisine.

Est-ce que le but de produire zéro déchet est réalisable?

Ce n'est qu'en acceptant de changer nos habitudes que nous pourrions y parvenir individuellement et collectivement. AVANT de jeter quoi que ce soit dans le bac vert, demandons-nous si nous pouvons le recycler (bac bleu ou bac brun)? Est-ce que je peux le réutiliser?

Vous avez des trucs pour réduire, recycler et réutiliser des objets? Partagez-les avec nous à journalalliance.preissac@cablevision.qc.ca. Pour le bénéfice de nos lecteurs.

En conclusion, certains diront : Pourquoi je me donnerais tout ce trouble? La vraie question est plutôt pour qui?... Alex, Mélanie, Charles, Claude, Zac, Elliot; toutes les générations futures et quelques rats laveurs.*

*réf Les paroles, Jacques Prévert

*Le compostage

*Que ces journées de festivités vous soient douces.
Que la joie de Noël continue de briller dans vos yeux chaque matin de la nouvelle année.*

Je vous souhaite le bonheur, la santé, le succès et l'accomplissement de tous vos vœux!

Joyeux Noël et bonne année!

Estelle Gelot



POMPE À EAU

René Rochefort

Tous les meilleurs vœux pour un heureux Noël et une nouvelle année sensationnelle!

René Rochefort, Président
Tel. : 819 824-4045 Téléc. : 819 824-3566 S.F. : 1 866 666-4045
rene.rochefort@pomperochefort.qc.ca

Le Père Noël vient vous livrer toute une liste de bons vœux : santé, bonheur, prospérité et aussi un Noël merveilleux et une année bien meilleure que celle qui vient de passer!



L'équipe des entreprises Transchargex

Bertrand Bolduc

Cell : 819 444-7080

695, avenue du Lac, Preissac (QC) J0Y 2E0

transchargex@sec.cableamos.com



Noël, c'est le bonheur, les surprises, la douceur, les gourmandises...

Mais c'est surtout le moment de penser aux personnes qui nous sont chères. Sachez qu'en cette période des fêtes, nous vous envoyons tous nos meilleurs sentiments et profitons de l'occasion pour vous remercier pour les dons et l'aide apportée dans nos campagnes de financement.

Joyeux Noël! Bonne et heureuse année!

Bernard Gilbert, président et les marguilliers : André Laverdière, Lise Gilbert, Brigitte Lachance, Marielle Langlois, Vanessa Brunelle et Gertrude Vachon.



En ces temps inédits, les personnes qui ont un système immunitaire plus faible, tels que les insuffisants rénaux ou les greffés, font face à des défis supplémentaires.

Nous avons une pensée toute spéciale pour tous les patients en dialyse ou en attente d'une greffe durant cette période des fêtes alors qu'ils doivent conjuguer au quotidien avec la gestion de leurs soins. La section est plus que jamais présente pour vous.

De toute l'équipe de L'Abitibi-Témiscamingue et de ses nombreux bénévoles, nous souhaitons vous transmettre à tous nos meilleurs vœux de santé, de bonheur et de prospérité pour l'année qui vient.



S'isoler, c'est sérieux!

Nous vous demandons de suivre les consignes d'isolement pour éviter de transmettre la COVID-19 à d'autres personnes.



S'isoler, c'est rester à la maison ou dans son appartement



- ✓ N'allez pas à l'école, au travail, au CPE, à la garderie ni dans aucun endroit public (ex.: magasin, épicerie, pharmacie).
- ✓ Si vous demeurez dans une résidence privée pour aînés, ne vous déplacez pas dans la résidence; demeurez dans votre unité locative. Nous vous recommandons de faire monter vos repas à votre chambre pour éviter les déplacements au maximum dans la résidence.
- ✓ Ne sortez pas faire une marche.
- ✓ N'empruntez pas les transports publics.
- ✓ Si vous n'avez pas d'aide pour votre épicerie ou vos médicaments, vous pouvez utiliser les services de livraison à domicile de l'épicerie ou de la pharmacie. Évitez tout contact à moins de deux mètres avec le livreur.
- ✓ N'accueillez pas de visiteurs à la maison.
- ✓ Si vous habitez avec d'autres personnes qui n'ont pas la COVID-19:
 - Demeurez seul dans une pièce de la maison le plus souvent possible.
 - Évitez d'être en contact avec les autres occupants de la maison. Gardez une distance d'au moins deux mètres avec eux. Couvrez votre nez et votre bouche si vous devez vous approcher à moins de deux mètres.
 - Si possible, mangez et dormez seul dans une pièce de la maison.
 - Si possible, utilisez une salle de bain qui vous est réservée. Sinon, désinfectez-la après chaque utilisation.
 - Aérez souvent la maison et votre chambre en ouvrant une fenêtre (si la météo le permet).
- ✓ Vous pouvez sortir sur votre balcon ou dans votre cour privée en vous assurant d'être à deux mètres de toute autre personne.
- ✓ Si vous devez quitter la maison pour des raisons médicales, utilisez un masque ou un couvre-visage.

Les personnes qui vivent avec vous peuvent poursuivre leurs activités habituelles (travail, école, garderie, etc.) si elles ne sont pas elles-mêmes visées par une consigne d'isolement (ex.: en attente de résultat de test, contact de cas confirmé, retour de voyage, etc.).

Quand faut-il s'isoler ?



Vous avez obtenu un résultat de test positif

Si vous ne développez pas de symptômes, vous devez vous isoler **pendant les 10 jours suivant votre test de dépistage**.

Si vous développez des symptômes, vous devez vous isoler jusqu'à ce que **toutes** les conditions suivantes soient réunies :

- 10 jours se sont écoulés depuis le début de vos symptômes.
- Vous n'avez plus de fièvre depuis au moins 48 heures (sans avoir pris un médicament contre la fièvre).
- Vos symptômes se sont améliorés depuis au moins 24 heures (excluant la toux ou la perte de l'odorat, qui peuvent durer plus longtemps).



Vous êtes en attente d'un test ou d'un résultat

Vous devez vous isoler en attendant votre résultat de test si :

- Vous présentez des symptômes de la COVID-19, ou en avez présenté dans les 10 derniers jours;
- Vous avez été identifié par la santé publique comme un contact d'un cas de COVID-19;
- Vous êtes de retour d'un voyage à l'étranger.

Si vous ne répondez à aucun de ces critères, vous n'avez pas à vous isoler. Nous vous recommandons de respecter les mesures sanitaires générales jusqu'à l'obtention de votre résultat. Si votre résultat de test est positif, vous recevrez des consignes de la direction de santé publique.



Vous présentez des symptômes

Si vous présentez des symptômes tels que la fièvre, l'apparition ou l'aggravation d'une toux, une difficulté à respirer ou une perte subite de l'odorat sans congestion nasale avec ou sans perte de goût, vous devez vous isoler et aller passer un test de dépistage. L'outil d'autoévaluation des symptômes de la COVID-19 vous permettra d'obtenir une recommandation sur la marche à suivre, selon votre condition. Rendez-vous sur [Québec.ca/decisioncovid19](https://quebec.ca/decisioncovid19) pour faire l'évaluation de vos symptômes.



Vous avez été en contact avec un cas confirmé

Si vous ne développez pas de symptômes, vous devez vous isoler **14 jours après votre dernier contact** avec le cas confirmé de COVID-19, même si vous avez subi un test pour la COVID-19 et que le résultat est négatif.

Si vous développez des symptômes, vous devez vous isoler jusqu'à ce que **toutes** les conditions suivantes soient réunies :

- 10 jours se sont écoulés depuis le début de vos symptômes.
- Vous n'avez plus de fièvre depuis au moins 48 heures (sans avoir pris un médicament contre la fièvre).
- Vos symptômes se sont améliorés depuis au moins 24 heures (excluant la toux ou la perte de l'odorat, qui peuvent durer plus longtemps).



Vous êtes de retour de voyage

Tous les voyageurs qui entrent au Canada doivent s'isoler obligatoirement pendant une période de 14 jours, même s'ils ont subi un test pour la COVID-19 et que le résultat est négatif.

Pour prendre les meilleures décisions possibles pour votre santé et celle de vos proches durant la pandémie de la COVID-19, consultez les Guides autosoins. Ils permettent de connaître les meilleurs moyens de se protéger de la COVID-19, de prendre soin de soi, de donner les soins de base à son entourage et de savoir où et quand consulter si on a besoin de soins ou de services.

[Québec.ca/isolement](https://quebec.ca/isolement)

☎ 1 877 644-4545

Québec 



Profitez du temps passé en famille pour prendre soin de vous.

C'est possible que la situation actuelle suscite des émotions difficiles ou de la détresse. Pratiquer régulièrement des activités physiques que vous aimez, particulièrement en plein air, peut vous aider à aller mieux.

[Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)

 Info-Social 811

Les souhaits des élèves de l'école Saint-Paul de Preissac

Élèves de 5^e année

Chers parents, cette année, pour Noël je souhaite à tout le monde de passer du temps avec ses proches, même si durant la pandémie, il faut respecter les règles de distanciation sociale. BONNE ANNÉE 2021 TOUT LE MONDE! - Dilan

À tous les membres de ma famille, père, mère, frère, grands-parents et plus encore. Je vous souhaite avec honnêteté une des plus merveilleuses années malgré toutes les catastrophes plus ou moins naturelles dont le grand coronavirus. Je crois que toutes les personnes de la région veulent que cela cesse pour que nous puissions nous réunir et célébrer tous en chœur le temps des Fêtes, car tous nos liens sont très importants. Nous devons rester unis. - Aiden

Je souhaite que Noël nous réunisse dans la joie et le bonheur. J'espère que ce sera possible car je m'ennuie de vous, les membres de ma famille. Je sais que je ne suis pas la seule à m'ennuyer et je tiens à remercier ceux qui respectent bien les mesures de sécurité de la COVID-19 car grâce à vous, nous pourrions peut-être célébrer Noël en famille. Il y a beaucoup de gens que j'aimerais revoir et j'ai beaucoup de pensées spéciales pour vous. Merci ! - Fanie

Je félicite les gens de l'Abitibi de faire le maximum pour battre la COVID-19 puisqu'on est probablement la région la moins infectée du Canada ou mondialement. Finalement, je vous souhaite le plus beau Noël que vous pouvez avoir avec votre famille pour oublier tous les problèmes qu'on a eus en 2020. Bonne année 2021 :D - Olivier Chamberland

À ma famille, je vous souhaite un beau Noël. Je vous souhaite de la santé. Je vous souhaite de ne pas attraper la COVID-19. Maman, merci de me laisser inviter mes amis. Je remercie tous ceux qui pensent à moi même quand ce n'est pas le temps des Fêtes. Bonne année! - Malek Coulombe

Je souhaite que vous passiez un très beau Noël. Je remercie mes parents qui me font mon souper et qui font la lessive pour que j'aie des vêtements le matin. Je souhaite aussi que ma sœur passe un très beau Noël, car elle me fait beaucoup rire, presque à tous les jours. Je souhaite aussi un beau Noël à l'école de Preissac car les profs m'apprennent beaucoup de choses cette année. Je remercie aussi la Municipalité et le Manoir : je remercie le Manoir de nous avoir donné la pizza à l'Halloween. Finalement, je remercie la Municipalité car s'il y a un feu, ils vont venir nous sauver. Joyeux Noël! - Lily-Rose

Je souhaite un beau Noël à mes parents. Je tiens à vous remercier pour cette merveilleuse année malgré la COVID-19. Je souhaite à mes grands-parents un merveilleux Noël pour toute la gentillesse que vous m'avez donnée. Je souhaite également un joyeux Noël à ma sœur et mon frère. En espérant qu'en 2021, la COVID-19 n'existera plus. - Matt

Je souhaite un joyeux Noël à tout le monde. Je souhaite surtout la santé, le bonheur et l'amitié. Je remercie ma mère d'être toujours là pour moi et de prendre soin de mes sœurs et moi. Merci ! - Virginie

À vous, les membres de ma famille, je vous souhaite du beau temps avec vos proches, de la joie, de la santé et du bonheur. Je tiens à vous remercier de toujours me donner des cadeaux et de rire durant Noël. Bref, joyeux Noël, passez du bon temps en famille et bonne année 2021. Je vous aime beaucoup. Prenez soin de vous durant la COVID. - Magali Morin

Je souhaite à tous ceux que j'aime une bonne année de bonheur et de joie. À mes deux petites sœurs chéries, je souhaite d'avoir des tonnes de cadeaux. À mes merveilleux parents si attentionnés, je souhaite d'avoir un Noël fabuleux. - Katia

À tous les membres de ma famille, je vous écris aujourd'hui pour vous dire que je vous aime. En ce temps de COVID-19, je vous souhaite de la santé et de prendre bien soin de vous. Je souhaite à mes deux sœurs, Myriam et Alicia, de réussir dans leurs études. Maman et papa, je vous souhaite du bonheur, de la beauté et de prendre du temps pour vous. À toi, Alexandre, je souhaite du succès dans ton travail et de la santé. - Francis

Je souhaite un joyeux Noël à mes parents Kim Carrière et Guillaume Petit. Je vous remercie pour tout. Je souhaite aussi un joyeux Noël à mes grands-parents Lucie Fradette, Michel Petit, Suzie Martin et Jaques Carrière. Sachez que je me suis ennuyé beaucoup de vous en ce temps de COVID-19. Je vous remercie pour tout. Je vous aime toute la gang. Bonne année 2021! - Noah

Je souhaite une bonne année à toutes les personnes que j'ai connues, mes amis Adam, Mégane, Dimitri et Nathan ainsi que mon cousin Ryck, ma cousine Maïka et ma famille. - Jeff

À tout le monde, je vous souhaite un beau temps des Fêtes. Que la santé et le bonheur fassent partie de vos vies en ce temps de réjouissance. J'espère que vous pourrez voir vos proches à Noël. J'espère que la COVID-19 disparaîtra pour faire un plus gros party de Noël. - Céleste

Élèves de 6^e année

Chers parents, cette année, pour Noël, mon plus grand souhait serait que toute la famille reste en santé. J'aimerais aussi pouvoir passer Noël avec nos grands-parents, cousins, cousines, tantes et oncles. Ce Noël, ça ne sera pas possible à cause de la COVID-19. Alors, je souhaite un joyeux Noël et une merveilleuse année à toute la famille que nous ne verrons pas ce Noël. Merci maman et papa pour tout ce que vous faites pour mes sœurs et moi. Je vous aime! - de votre fille Alicia xoxox

Chère maman, je te souhaite un joyeux Noël et une bonne fin d'année même si tu l'as trouvée très difficile. J'espère que 2021 sera mieux pour toi. Je t'aime! - ton garçon.

Emily, je te souhaite un joyeux Noël et une bonne année et que tu aies tout ce que tu veux pour Noël. Ton frère qui t'aime! - Henry
Je vous aime! - Henry Simard xxx

Bonjour mes chers parents, pour Noël cette année, mon plus grand souhait est que malgré la COVID-19, nous puissions passer Noël avec toute notre famille. Je souhaite aussi que tout le monde reste en santé et heureux. À cause du virus, je sais que ce sera plus difficile de se réunir même si c'est le temps de l'année le plus amusant. Je voulais vous dire que je vous remercie pour tout ce que vous avez fait pour moi et que je vous aime. - De votre fille Annaë -xxx-

Chers parents, je vous souhaite un joyeux Noël et une bonne année. L'année 2020 n'a pas été la plus facile, mais j'espère que la prochaine année va être meilleure. Qu'elle vous amène du bonheur et de la joie. Je souhaite aussi que personne n'attrape la COVID surtout zaza qui a le système fragile. - De votre fille qui vous aime! - Joanie L.

Chers parents, je voudrais vous souhaiter une bonne année remplie de joie et de bonheur. Je veux aussi vous souhaiter une année aussi amusante comme à chaque année. L'année 2020 a été un peu plus difficile à traverser à cause de la COVID-19, mais j'espère que la prochaine sera meilleure. Je vous aime. - De votre fille Rosalie xxx.

Bonjour chers parents, je vous présente mes souhaits pour Noël. En premier, je voudrais vous souhaiter une bonne année 2021 et que cette année soit majestueuse pour vous deux. Je vous souhaite beaucoup de bonheur toute l'année et qu'on passe Noël toute la famille. - De votre fils Antoine xoxoxo

Chère famille, je vous souhaite un beau Noël rempli d'amour et de joie. Moi, mon vrai cadeau de Noël c'est d'être avec ma famille autour d'un bon repas et d'un film de Noël. Merci à mes parents pour tous ces cadeaux de Noël. - De votre petite dernière fille Britany Pelchat

Chers parents, je vous souhaite de passer un bon Noël. Je souhaite qu'on puisse être plus nombreux pour les fêtes de Noël en famille et je souhaite qu'on soit toujours en santé. - De votre fils Louka Alarie xoxo

Bonjour mes parents. J'aimerais vous souhaiter un joyeux Noël. Je vous souhaite la santé parce qu'en ce temps de COVID-19 nous en avons bien besoin. Je souhaite de garder les traditions que nous faisons à chaque année, jouer au hockey, se parler autour d'un feu, etc. Je voudrais que vous gardiez votre gentillesse et votre générosité envers les gens que vous aimez. J'aimerais que tout le monde, pas seulement mes parents, soit prudent avec la COVID-19. - Noah Marcil

Bonjour chers parents. Pour l'année 2021 j'aimerais vous souhaiter : beaucoup d'amour, d'être en santé, énormément de bonheur et de plaisir, ainsi qu'un joyeux Noël avec les gens que vous aimez. Merci pour tout ce que vous faites pour moi. Un joyeux Noël et une bonne année 2021. - Carolin

Suite de la page 11

Chers parents, je voudrais vous souhaite un joyeux Noël et une nouvelle année 2021 remplie de rire, de moments de surprises que vous attendez toujours, que vous soyez autant libre qu'aujourd'hui et toujours. Malgré la Covid-19, rien ni personne ne va nous séparer. Pour cette phrase, je vais m'adresser à mon disons père et ma mère, merci de toujours être là pour moi, de me faire rire dans des moments critiques et pour toutes les choses que vous m'achetez. Je veux m'adresser à ma famille au complet, vous êtes toujours là pour moi depuis mon plus jeune âge, dans quelques années ce sera mon devoir de faire comme vous avez fait pour moi. Et que vous soyez en santé. - Gros bisous, Jadou préférée

Bonjour chère maman, je te souhaite une bonne année 2021. J'aimerais te souhaiter du bonheur et de la joie. J'aimerais dire aux parents qui ont des enfants, bravo pour ne pas avoir lâcher vu que les garderies étaient fermées. J'espère qu'on va pouvoir se réunir et revoir nos amis. Je vous souhaite une bonne année! - Gabrielle

Je souhaite un joyeux Noël à ma mère et à mes grands-parents que j'aime énormément. J'espère que vous allez passer une bonne année 2021 pleine de santé, d'amour et de bonheur. Pour ma mère, je lui

souhaite un joyeux Noël et une bonne année 2021 pleine de bonheur, de santé et d'amour. - De Éli

Maman je te souhaite plein de bonheur et de joie, un merveilleux Noël rempli d'amour. Papa je souhaite que tu t'amuses et que tu aimes le temps des Fêtes. À mon petit frère Thomas, je souhaite que tu fasses plein de promenades en motoneige et que tu adores ton congé de Noël. À ma famille adorée, je vous souhaite une belle, merveilleuse, extraordinaire année 2021. Pour finir, je souhaite que toute ma famille soit réunie à Noël. - De Jo H

Chers parents, pour l'année 2021, je vais vous souhaiter de passer de beaux jours. Noël approche, j'espère que vous allez avoir des nouveaux moments mémorables. En 2021 j'espère que la covid-19 ne sera plus là. - Laurent

Bonjour mes parents adorés. Aujourd'hui, je vais vous dire mes souhaits de Noël. Je vous souhaite un joyeux Noël malgré toutes les épreuves qu'on a traversées toute la famille ensemble. Je vous souhaite aussi une vie en santé puis, restez ensemble à vie. - De votre fils qui vous aime très fort -xxx - Jérémy Rheault

Je souhaite à ma famille un joyeux Noël autant du

côté Rivard que du côté Audet. Je remercie tout le monde de ma famille MAIS SURTOUT ma grand-mère Gaytane puisque qu'elle me donne des trucs pour m'améliorer en art. Aussi, je remercie mon père de continuer de m'apprendre de nouvelles choses. Finalement je remercie ma mère de toujours s'occuper de moi et de m'encourager dans tout ce que je fais. Merci et JOYEUX NOËL - Xavier xxx

Bonjour à tout le monde qui lit le journal de Preissac. Je vous souhaite une très belle année même si elle n'a pas commencé bien. Je souhaite à mes proches de ne pas attraper la Covid-19. Je remercie mes parents, car je vais à l'école et j'apprends des nouvelles choses et je joue avec mes amis. Je remercie mes amis, ils jouent avec moi. - Olivier L.

Chers parents, Joyeux Noël! Je vous aime. - Samdeny



CLD²⁰ ANS
CLD ABITIBI
 Centre local de développement

Pour vos projets d'affaires, faites appel à l'expertise de votre Centre local de développement.

491, rue de l'Harricana, Amos | 819 732-6918
 cldabitibi.com | info@cldabitibi.com
 CLDabitibi

Le SADC Harricana, un partenaire de vos projets d'affaires!

Elle vous aide à :

- Démarrer ou acquérir une entreprise
- Moderniser des équipements
- Acheter ou rénover un bâtiment
- Développer de nouveaux marchés
- Financer un fonds de roulement

COMMUNIQUER AVEC NOUS!
 T. 819 732-8311
 sadc@sadc-harricana.qc.ca

Canada Développement économique Canada pour les régions du Québec
 Agence fédérale de développement économique

LES MATÉRIAUX
3+2
 Centre de Rénovation
Home hardware

Que Noël et le nouvel An laissent derrière eux des souvenirs aux couleurs du bonheur!

Joyeux Noël et bonne année!

502, route 111 Ouest, Amos
 INFO@3PLUS2.CA

Tél. : 819 732-8283
 3PLUS2@.CA

Que votre Noël s'illumine de millier d'étoiles et de bonheur partagé!
 Que le chemin de l'année 2021 soit parsemé d'éclat de joie, de pétales de plaisir, qu'il soit éclairé par l'étincelle de l'amour et la lueur de l'amitié.

Joyeux Noël!
 Bonne et heureuse année!

Cricket Motoneige 819 732-0351
 Sur rendez-vous seulement

VOUS AVEZ PLUS DE 50 ANS. PRÊT POUR UN RETOUR À L'EMPLOI?

Un seul numéro pour Amos et Val-d'Or
 1 877 825-1032

Avec la participation financière de:
Québec

GRUPE PAIR
 SPECIALISTE EN RH ET EN EMPLOYABILITÉ
 LA BONNE PERSONNE À LA BONNE PLACE!

PME INTER
 NOTAIRES

PME INTER Notaires ABITIBI inc.
 Notaires & conseillers juridiques

AMOS SENNETERRE VAL-D'OR
 819 732-2812 819 737-2747 819 975-2863

facebook

Une étude de quatorze (14) notaires à votre service!
pmeinter@notairesabitibi.com www.pmeinter.com

Lancement de l'opération nationale concertée alcool-drogues

Service des communication et de la prévention
Sûreté du Québec

L'ensemble des services de police du Québec, en collaboration avec la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ), intensifiera ses interventions, du 27 novembre 2020 au 4 janvier 2021, dans le cadre d'une opération nationale concertée ciblant la capacité de conduite affaiblie par l'alcool ou la drogue.

En plus des points de contrôle routier qui se tiendront sur l'ensemble du territoire québécois, une campagne de sensibilisation sera déployée, notamment sur les différentes plateformes des médias sociaux des organisations policières et de la SAAQ. Cette campagne vise à rappeler aux conducteurs les conséquences de la capacité de conduite affaiblie par l'alcool, la drogue ou la combinaison des deux. Rappelons que dans le contexte sanitaire

actuel, il n'y aura pas de service de raccompagnement durant le temps des Fêtes.

Le saviez-vous?

Malgré les campagnes de sensibilisation, la présence policière et les nombreuses options disponibles pour éviter de prendre le volant, chaque année, de 2014 à 2018, les collisions attribuables à l'alcool ont causé en moyenne :

- 90 décès (26 % du total des décès annuels);
- 210 blessés graves (13 % du total des blessés graves);
- 1 750 blessés légers sur les routes du Québec (5 % du total des blessés légers).

De 2014 à 2018, chez les conducteurs décédés dans une collision de la route au Québec :

- 36 % des conducteurs avaient des drogues licites ou

illicites dans le sang;
- 21 % des conducteurs avaient du cannabis dans le sang :

- * 37 % de ceux âgés de 16 à 24 ans avaient du cannabis dans le sang;
- * 18 % de ceux âgés de 25 ans ou plus avaient du cannabis dans le sang.

Cette opération nationale concertée est organisée dans le cadre d'un partenariat entre la Sûreté du Québec, le Service de police de la Ville de Montréal, l'Association des directeurs de police du Québec, la SAAQ et Contrôle routier Québec.

Pour plus d'information sur cette opération, nous invitons le public à consulter le [fil Twitter](#) et la [page Facebook](#) de la Sûreté du Québec, de même que ceux des corps de police municipaux et de la SAAQ.

Cette année, nous vivons certainement tous un temps des Fêtes bien différent... mais n'est-ce pas différent à chaque année? L'important, c'est que cette période des Fêtes soit source de bons souvenirs qu'il fera bon se rappeler encore longtemps.

*Joyeux Noël et bonne année 2021 à chacun et chacune d'entre vous!
Nicole Marcell et André Rainville*



La joie et la beauté déployée en cette saison sont d'excellentes raisons d'offrir des vœux chaleureux aux êtres merveilleux que l'on côtoie!

Joyeux Noël! Bonne année!

*Éloïse Bisson,
Antoine Lachance,
Charles-Étienne et Laurence*



Que cette période des Fêtes vous offre tout le courage, la détermination, la persévérance, l'espoir et la fierté, afin d'entreprendre la nouvelle année et tous les nouveaux défis à relever.

Santé à toutes et tous!

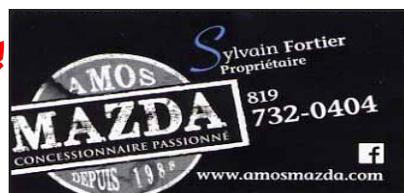
Danielle Magny et Pierre Veilleux



Noël nous réserve tous des surprises de toutes sortes : que ce soit des paroles douces, ou des amis à la porte; une belle soirée tranquille, ou de beaux cadeaux utiles.

Que ce Noël soit rempli de joie!

Meilleurs vœux!



Le cœur est rempli de désirs et de rêves qui colorent la vie et qui lui enlèvent toute monotonie. Puisse cette période des Fêtes accomplir les plus beaux désirs et puisse-t-elle revêtir toutes les couleurs du vrai bonheur!

Joyeux Noël!

Bonne et heureuse année!

Marie-Josée Veilleux et Roland Lachance



Chers bénévoles,

Avec votre dévouement, vous illuminez notre Québec et c'est le plus beau cadeau que vous pouvez nous offrir. Du fond du cœur, nous vous disons MERCI!

Découvrez nos initiatives pour souligner la Journée internationale des bénévoles sur [rabq.ca](#).



Cipaille aux poires et au cidre



Ingrédients

- 1 kg (2 lb) de bœuf ou de viande sauvage, en cubes
- 1 kg (2 lb) de porc, en cubes
- 1 kg (2 lb) de poitrines de poulet ou de dinde, en cubes
- 3 oignons, en cubes
- 250 ml (1 tasse) de cidre
- 90 ml (6 c. à soupe) d'épices à cretons, divisées
- 6 à 8 pommes de terre, pelées, en cubes
- 2 ou 3 poires, pelées, en cubes
- 1 litre (4 tasses) de bouillon de poulet
- 1 paquet de 1 kg de pâte à tarte du commerce.
- Au goût, sel et poivre du moulin

Préparation

1. Dans un bol, mélanger les viandes, les oignons, le cidre et 45 ml (3 c. à soupe) d'épices à cretons. Faire mariner de 8 à 12 heures.
2. Égoutter le mélange de viande. Ajouter les pommes de

terre et les poires. Mélanger.

3. Préchauffer le four à 160°C (325°F).

4. Abaisser la pâte à tarte afin d'obtenir quatre abaisses suffisamment grandes pour couvrir le diamètre du plat allant au four. Faire un trou au milieu pour créer une cheminée.

5. Déposer un rang de viande au fond d'une cocotte ou d'un plat à fond épais allant au four. Ajouter un peu d'épices à cretons, saler et poivrer. Recouvrir d'une abaisse de pâte à tarte. Répéter l'opération trois fois. Terminer avec une abaisse sur le dessus.

6. Par la cheminée, incorporer le bouillon jusqu'à ce que le liquide soit à la même hauteur que la préparation.

7. Couvrir et cuire au four pendant 2 heures. Retirer le couvercle. Ajouter du bouillon jusqu'au bord. Cuire 1 heure ou jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée.

8. Laisser reposer de 15 à 20 minutes avant de servir.

Donne de 8 à 10 portions

MOTS CROISÉS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												■
2								■				
3					■							■
4							■				■	
5				■								
6									■			
7			■					■				
8						■						
9	■							■				■
10		■									■	
11							■					
12										■		

Horizontalement

1. Peintre, graveur, sculpteur et homme de lettre à qui on a décerné le prix Paul-Émile-Borduas en 1999.
2. Petit instrument de musique populaire – Il lève le nez sur certaines choses.
3. Commercialise – Gêné.
4. Qui occupe un rang indéterminé – Il est domestiqué comme bête de trait.
5. Possessif – Qui n'est pas vaste.
6. Elle oblige à casser des œufs – Courroux.
7. Négation – Déclaration par laquelle on reconnaît quelque chose – Opération boursière.
8. Cramponner – Extrêmement (en...).
9. Frappé de stupeur – Il coule en Alsace.
10. Administré – Poisson d'eau douce.
11. Pouliot – Vif.
12. Blafardes – D'un auxiliaire.

Verticalement

1. Quartier de Montréal – Vélo utilisé sur de parcours accidentés.
2. On les met de côté – Signe de musique.
3. Naseau – État d'Afrique.
4. Langue celtique – Caractère de ce qui est bas.
5. Chiffres romains – Propos insipides.
6. Accord – Repassé.
7. Rayon – Local de travail d'un notaire.
8. Qui n'a pas d'éclat – Bonaventure.
9. On y transforme des matières premières en produits finis – Opiniâtres.
10. Certains.
11. Le premier vigneron de l'humanité – Singe d'Afrique occidentale – Règle.
12. Il est utilisé en ganterie – Flamme.

Solution de novembre 2020

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	B	O	U	R	G	A	U	L	T	■	B	D
2	E	C	R	I	R	E	■	I	A	N	■	E
3	R	A	G	E	■	R	E	G	R	E	T	S
4	T	R	E	N	T	E	N	A	I	R	E	S
5	R	I	N	■	R	E	U	S	S	I	T	E
6	A	N	T	R	E	■	M	E	■	T	E	R
7	N	A	■	A	M	I	E	■	A	I	■	T
8	D	■	P	N	B	■	R	I	S	Q	U	E
9	■	F	A	I	L	L	E	■	T	U	S	■
10	P	R	■	M	A	I	■	A	R	E	N	E
11	M	A	R	E	Y	E	U	S	E	■	E	U
12	A	C	I	S	■	D	R	E	S	S	E	S



Le Club Preissac
d'Art en Or

Meilleurs vœux! À l'occasion

du temps des Fêtes, rien n'est plus agréable que de festoyer avec ceux qu'on aime. Beaucoup de bonheur, de douceur et de sérénité pour la nouvelle année, ainsi que la réalisation de vos

projets les plus chers!



Marie-Josée Veilleux,
présidente
819 442-2273

La prochaine session régulière du conseil municipal de Preissac aura lieu le 11 janvier 2021 à 19 h 30, au Complexe récréatif Jacques-Massé du 16, rue des Rapides. Bienvenue à tous!



Le jeu des 13 erreurs



Solution : 1- À gauche, il manque une boule. 2- Le cadeau de gauche, il manque un bout de ruban. 3- Les lignes sous la patte du lapin sont différentes. 4- La queue du lapin. 5- Les yeux du lapin. 6- La boîte de la carotte, il manque un bout de ruban. 7- Il manque un bout de la boîte de la carotte. 8- La boule de la carotte est différente. 9- Le papier d'emballage est différent à droite, sur les doigts du lapin. 10- L'ombrage derrière le lapin. 11. L'étoile du sapin est différente. 12. Le bout de la guirlande. 13. La branche du sapin, en haut, à gauche.

Mot mystère

D	E	T	E	C	H	A	N	C	E	F	O	I	R	E
B	R	I	C	A	B	R	A	C	L	I	E	U	U	M
B	U	S	T	R	O	U	V	A	I	L	L	E	E	E
A	E	S	R	M	E	O	R	O	S	E	R	T	L	U
B	N	U	I	E	N	T	I	C	N	H	A	L	A	B
I	N	R	T	N	I	E	L	P	E	N	E	X	V	L
O	O	E	R	S	I	T	E	N	T	S	P	U	S	E
L	I	D	E	I	E	Z	I	S	J	O	O	C	C	
E	T	N	V	O	R	A	Q	I	U	O	Q	J	U	E
E	C	A	I	B	L	U	A	U	L	U	U	I	R	I
R	E	H	D	E	I	V	S	I	T	E	E	B	T	P
F	L	C	C	T	V	U	N	A	N	T	I	Q	U	E
F	L	R	E	U	R	G	H	T	G	E	P	M	A	L
O	O	A	E	E	E	C	R	E	N	E	M	O	R	P
P	C	M	R	I	A	A	N	O	I	S	A	C	C	O

- Achat
- Air
- Antique
- Antiquité
- Arme
- Art
- Babiole
- Bijoux
- Bois
- Bric-à-brac
- Chance
- Collectionneur
- Divertir
- Époque
- Été
- Foire
- Jouet
- Lampe
- Lieu
- Linge
- Livre
- Marchander
- Meuble
- Occasion
- Offre
- Pez
- Pièce
- Plein
- Porcelaine
- Promener
- Site
- Tissu
- Tour
- Trésor
- Trouaille
- Trucs
- Usagé
- Ustensile
- Usure
- Vaisselle
- Valeur
- Vue

Indice : Marché aux puces (mot de 8 lettres)

Solution : Dénicher

Sudoku

		2				4	7	1
3	1	4		2			8	
8	7	6	4				5	
	4				5		2	3
2		5	1	4		8	9	7
6	9				2		4	
1			7	5				
4		7	8			5	1	9
				9				

Solution le mois prochain.

Solution de novembre 2020

2	1	5	7	3	6	4	9	8
7	8	6	5	4	9	3	2	1
4	3	9	2	8	1	6	7	5
1	9	8	6	5	3	2	4	7
6	2	4	8	1	7	5	3	9
5	7	3	9	2	4	8	1	6
3	6	1	4	9	8	7	5	2
8	4	2	1	7	5	9	6	3
9	5	7	3	6	2	1	8	4



GROUPE BLP & RIVARD ASSURANCES
ASSURANCES GÉNÉRALES

S'ASSURER DU MEILLEUR
PRODUIT D'ASSURANCE

COMMUNIQUEZ AVEC UN DE NOS COURTIERS

AMOS | LORRAINVILLE | ROUYN-NORANDA | VAL-D'OR
1-844-JASSURE GROUPEBLP.COM

Beignets aux pommes et à la bière



Ingrédients

- 2 tasses de farine à pâtisserie
- 1 tasse de semoule de maïs
- ¼ tasse de sucre
- 1 c. à soupe de poudre à pâte
- 1 c. à soupe de cannelle moulue
- 1/8 c. à thé de sel
- 1 tasse de bière blonde ou blanche, non alcoolisée
- 3 œufs
- ¼ tasse de beurre fondu
- 1 c. à soupe de zeste d'orange (environ 1 orange)
- 3 c. à soupe de jus d'orange
- 1 c. à thé d'extrait de vanille pure
- 3 pommes, pelées et coupées en dés
- Huile de canola (pour frire), en quantité suffisante
- Sucre à glacer pour saupoudrer, au goût

Préparation

1. Dans un grand bol, tamiser la farine, la semoule de maïs, le sucre, la poudre à pâte, la cannelle et le sel. Réserver.
2. Dans un autre bol, fouetter la bière, les œufs, le beurre, le zeste d'orange, le jus d'orange et la vanille. Incorporer les ingrédients liquides aux ingrédients secs, juste assez pour humidifier. Ajouter les pommes.
3. Faire chauffer une grande casserole contenant 5 cm (2 pouces) d'huile jusqu'à ce qu'un thermomètre à mesure instantanée indique 190°C (375°F).
4. Déposer délicatement des cuillerées de 15 ml (1 c. à soupe) comble de pâte dans l'huile chaude. Frire quelques boules à la fois jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées, environ 2 minutes par côté.
5. À l'aide de pinces, retirer délicatement les beignets de l'huile, les égoutter sur du papier absorbant et les saupoudrer de sucre à glacer.
6. Servir les beignets tièdes, garnis de crème glacée à la vanille française.

Donne 24 beignets



°Soudure générale°Résidentielle°Minière
°Fabrication, réparation de tous genres
Quai mobile sur rails, balcon, rampes et escaliers, réparation de bateaux d'aluminium, quilles de ponton, hélice et pied de moteur, etc.

certifié CWB & R.B.Q.: 5657-7745-01

°Location de main-d'oeuvre°
°Service 24/7

70, rue de Cadillac, Rouyn-Noranda QC J0Y 1C0
Tél: 819 759-3790

Télé: 819 759-3791 Cell: 819 763-6244
Email: acbgsoudure@hotmail.com

Le merveilleux temps des Fêtes est à nos portes et nous rapporte une panoplie de souvenirs heureux.

Que la soudure des liens familiaux résiste toujours à l'épreuve du temps qui passe et qu'une chute d'étoiles fasse briller vos yeux d'enfant comme autrefois devant la magie de ce temps unique.

Joyeux Noël et bonne année!



L'Accueil d'Amos

401, 1^{re} Rue Ouest,
Tél.: 819 727-1984

Que le feu crépite gaiement dans votre cheminée et que votre famille soit source de joie. Et que tout se passe comme vous le désirez pendant cette période des fêtes!
Joyeux Noël!
Bonne Année!



Propriétaires
Manon Bolduc
Bertrand Bolduc

819.727.1111
819.334.2241

693, avenue du Lac
Preissac (Québec) J0Y 2E0
info@materiauxmb.ca

Veuillez prendre note que nous serons fermés les 24-25-26 et 31 décembre ainsi que les 1^{er} et 2 janvier.
En cette période de Noël, nos pensées se tournent avec gratitude vers ceux et celles qui rendent possible notre succès.
De toute l'équipe, merci et joyeuses Fêtes!

BOILARD
ÉLECTRIQUE

Résidentiel - Commercial - Industriel
Tél: 819-444-8079
boilardelectrique@gmail.com



Fosses Septiques

Protec-Nature Inc.
819 277-1754 | 819 732-0116

Profitant de Noël, à l'aube d'une année nouvelle, nous voulons vous souhaiter santé, bonheur et prospérité!



Service de nettoyage de fosses septiques résidentielles et municipales

Le meilleur prix garanti!
Fiche de suivi de vidange client

Routier 117



Michelle et Jacques

Propriétaires

Resto.: 819 759-8383
Dépan.: 819 759-8385
Rouyn-Noranda (Cadillac)
J0Y 1C0
Télec.: 819 759-8384
routier.117@hotmail.com

Que la paix et le bonheur habitent les cœurs à Noël et durant toute l'année!
Joyeuses Fêtes!



Horaire du resto : fermé du 25 décembre au 2 janvier inclusivement

Horaire du dépanneur : le 24 décembre : de 5 h à 20 h
le 25 décembre : de 11 h à 18 h, le 26 décembre : de 8 h à 23 h,
le 27 décembre : de 7 h à 23 h, le 31 décembre : de 5 h à 23 h,
le 1^{er} janvier : de 8 h à 20 h, le 2 janvier : de 8 h à 23 h et
le 3 janvier : de 7 h à 23 h.



Alain Blanchette

Entrepreneur général en construction

311, 1^{re} Avenue Est
Amos J9T 1H6

Tel : 819 732-4471

E-mail: blanchettea@hotmail.com

**Spécialiste en porte de garage
Résidentiel | Commercial | Industriel**



Que la joie soit complète en cette heureuse saison des Fêtes!
Joyeux Noël!
Bonne et heureuse année!

Massothérapie Annie Auclair

272, avenue du Lac, Preissac
819 860-4000

Massage suédois
Massage thérapeutique
Réflexologie
Nerf sciatique
Harmonisation énergétique
Access bars

Spécial de Noël

Sur rendez-vous seulement
Reçu pour assurances
Membre F.Q.M.

Certificat cadeau de massage ou de réflexologie
2 séances de 60 minutes ou
3 séances de 30 minutes pour 100 \$
Réalisez une économie de 20 \$
En vente du 1^{er} décembre 2020 au
1^{er} janvier 2021

Joyeuses Fêtes à tous!