

# L'Alliance de Preissac

Journal communautaire

www.preissac.com

Facebook : Journal L'Alliance de Preissac

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

Février 2021 Vol. 29 # 7 Gratuit 1225 exemplaires

## Manoir des Rapides Preissac

912, avenue du Lac, Preissac  
819 732-8623

**Resto :** Ouvert de 11 h à 20 h  
du jeudi au dimanche

**Bar :** Fermé

**Dépanneur**  
Tous les jours de 5 h 30 h à 21 h

**Disponibles au dépanneur :**

Pizza 13" fraîche, repas familial et  
comptoir lunch.

Cartes de Bingo Boréal

**SUPER TIRAGE**

Avec tout achat de 50 \$ ou plus  
Tu gagnes la chance de participer au  
tirage d'un Booster Sport!

1 tirage à tous les mois  
Un énorme merci à notre  
commanditaire  
Agnico Eagle division LaRonde

**Suivez-nous sur notre page Facebook!**

Merci de votre encouragement!

**Nathalie Inkel et Éric Gosselin**

## Une bâtisseuse s'est éteinte



Lire page 3

## 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

Essence, Purolator, Loto-Québec, SAQ  
permis de chasse et pêche, propane

Visitez notre page Facebook : Dépanneur 4 Saisons

*Au plaisir de vous voir!*

**Lise Goulet & Yoland Nolet**



819 442-0319  
INFO@PUITSABITIBI.COM



**Une entreprise de chez-nous!**



## Pensée du mois

Rien ne vaut mieux le passé que l'odeur qu'on lui a autrefois associée.

Vladimir Nabokov

## Local de santé - Preissac Horaire de l'infirmière

### Pour les mois de février et mars

- Jeudi 25 février : Prises de sang (seulement)
- Jeudi 25 mars : Prises de sang (seulement)

Sur rendez-vous seulement au 819 732-3271, poste 4202.

Pour tout autre soin en santé courante, communiquez avec le Centre de services ambulatoires de l'hôpital d'Amos au 819 732-3341, poste 2649.

## L'inspecteur vous informe

**V**otre 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](mailto:info@preissac.com).

Prenez de l'avance et faites parvenir vos questions à [inspection@preissac.com](mailto: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
Laurette Fortin-Tancrède s'est éteinte ----	3
L'utilisation des sentiers multi-usages ----	3
Indignation et déception .....	3
Nécrologie .....	4
Présence policière dans les sentiers .....	4
Chronique de nos aînés .....	5
La Biblio Sud .....	5
Changement d'heure .....	5
Félicitations à M. Yvan Martin .....	6
Conseil de prévention contre les fraudes -	7
Programme de couches lavables .....	7
Publicités du MSSS .....	8-9 et 10
Page écolo .....	11
Produits d'hygiène féminine .....	11
Décontamination d'un site minier .....	12
Proche aidant .....	12
On jase municipal .....	13
Recette .....	14
Jeux .....	14 & 15
Usure de compassion .....	16

Coin santé

# Trouble neurocognitif versus délire et hallucinations

Marielle Rioux, intervenante sociale

« Les idées délirantes sont des convictions fausses et même si vous prouvez quelque chose à une personne atteinte de la maladie, cela ne changera pas ses convictions. Les hallucinations sont des perceptions fausses, inexactes concernant les objets ou les événements et qui impliquent les sens ».

**L**es idées délirantes peuvent se manifester sous la forme de convictions paranoïaques. Elles semblent vraies pour la personne qui les éprouve, mais elles ne peuvent être confirmées par personne d'autre.

Les hallucinations éprouvées par des personnes avec un trouble neurocognitif sont la plupart du temps visuelles (voir quelque chose qui n'est pas là) ou auditives (entendre des

bruits ou des voix qui n'existent pas réellement). Si l'hallucination ne perturbe pas la personne, n'intervenez pas. (Société Alzheimer Canada)

### Causes possibles :

- Altérations sensorielles (affaiblissement de l'ouïe et de la vision);
- Effets des médicaments ou maladie physique;
- Ne reconnaît pas l'environnement ou les soignants, éclairage insuffisant;
- Dérangement dans la routine;
- La direction a placé en lieu sûr des objets lui appartenant.

### Conseils et stratégies :

- Prenez rendez-vous avec le médecin (médication et tests d'audition et de vision);
- Demandez une évaluation médicale

afin de déterminer si elle souffre d'un malaise physique, d'une impaction fécale, d'une infection urinaire, ou autre;

- Si elle manifeste un sentiment de méfiance : cherchez les articles perdus et rappelez-lui l'endroit où se trouvent les objets de valeur;
- Validez ses craintes : « Cela doit te faire peur. »;
- Ne vous fâchez pas et n'essayez pas de la convaincre car ce qu'elle voit est vrai pour elle. N'exprimez pas directement votre désaccord;
- Faire diversion (musique, exercice, cartes, photos);
- Ses soupçons pourraient être vrais, elle pourrait être une victime. En tenir compte.

Société Alzheimer A-T  
secteur MRC d'Abitibi  
[mrioux@alzheimerAT.org](mailto:mrioux@alzheimerAT.org)  
819 727-1221



### Alliance, Courrier 2<sup>e</sup> classe

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

Tombée	Distribution	Édition
12 mars	31 mars	Mars 2021
9 avril	28 avril	Avril 2021
7 mai	26 mai	Mai 2021

Siège social : 180, avenue du Lac, Preissac QC J0Y 2E0

Téléphone : 819 759-4141

Courriel : [journalalliance.preissac@cablevision.qc.ca](mailto:journalalliance.preissac@cablevision.qc.ca)

**Horaires 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





## Laurette Fortin-Tancrède, une bâtisseuse, s'est éteinte

Marie-Josée Veilleux

**C'est le 13 décembre dernier, à l'âge vénérable de 95 ans, que madame Laurette Fortin-Tancrède s'est éteinte. Une grande page de l'histoire de Preissac se tournait.**

Tout le monde connaissait Émilien Tancrède, le développeur du secteur qui porte son nom à Preissac. Mais derrière Émilien se trouvait toujours Laurette. Petit bout de femme qui faisait son chemin derrière les pas de son homme.

Femme dévouée, elle a soutenu son mari dans tous ses projets. À eux deux, ils ont ouvert un dépanneur, un restaurant et un camping afin d'offrir des services aux visiteurs et résidents du secteur

Sud de Preissac. Mme Tancrède en a travaillé des heures afin de satisfaire la clientèle.

Par sa contribution au développement, la Municipalité a nommé «Pont Émilien-Tancredé», le pont qui sépare le lac Preissac et le lac Chassignole. Mais le pont aurait pu porter le nom de Laurette Tancredé aussi. La fierté qu'elle a ressentie lors de l'inauguration de ce pont se voyait sur son visage. C'était un bel hommage à son homme, mais c'était aussi la reconnaissance de tout leur travail et leur implication dans le développement de leur milieu.

Cependant, son rôle préféré était de s'occuper de ses enfants et de ses petits-enfants.

Dans l'hommage rendu à cette femme extraordinaire, ses petites-filles ont présenté leur grand-mère comme une femme dévouée et en avance sur son temps. Elle faisait son recyclage bien avant que ce soit la mode. Elle a cuisiné avec eux tous. « Rien ne rivalisait avec la cuisine de grand-mère! Et que dire de son bon pain chaud! » de mentionner ses petites-filles.

Femme généreuse, douce et prévenante, toujours reconnaissante de la moindre attention à son égard, madame Laurette Tancredé laisse une trace indélébile dans le cœur de tous ceux qui auront eu la chance de la connaître. On peut dire que c'était une femme d'exception.



La famille Tancredé - devant : Lise, au centre : Émilien et Laurette, derrière : Alain et Jacques.



## L'utilisation des sentiers multi-usages

France Daoust, agente de développement



des sentiers en forêt.

### Vélos de type FAT bike

Également solides et robustes, ils sont dotés de pneus surdimensionnés avec larges semelles à gros crampons pour une adhérence maximale sur des fonds de neige durcie ou dans le sable fin.

**P**our une utilisation optimale des magnifiques sentiers pédestres, raquettes, vélos de montagne et FAT bike, voici des informations utiles pour tous les types d'usagers.

### Vélos de route

Pneus étroits, habituellement à semelles lisses, utilisés sur les routes pavées permettant d'avoir une plus grande vitesse (idéal pour l'entraînement).

### Vélos de type hybride

Pneus plus larges permettant de rouler sur les surfaces pavées ou de graviers, plus utilisés au niveau familial.

### Vélos de montagne

De fabrication solide, robuste, ils ont des pneus larges avec semelles à crampons pour une meilleure adhérence à la terre

Dans les sentiers de FAT bike, accessibles seulement en hiver, les vélos de montagnes ne doivent pas y circuler car ils créent des sillons, les personnes à pied car elles font des trous. Ces deux éléments peuvent entraîner la chute des cyclistes.

En revanche, la circulation dans ces sentiers en raquettes, en ski-raquettes ou en skis hors-pistes est désirée puisqu'elle durcit le fond de la piste et améliore la tenue pour les cyclistes.

Noter que le refuge du sentier des 3 Lacs est accessible en FAT bike. La vue est spectaculaire! Les pistes de FAT bike sont ouvertes et bien entretenues. Amusez-vous!

Merci de votre collaboration!

**Ça bouge à Preissac !**

\*Références : Jean-François Beaudry

## Indignation et déception à la municipalité

France Daoust, agente développement

**I**l est déplorable de constater que des vols ont été perpétrés dans notre municipalité.

Deux vélos de montagne, deux FAT bikes et deux paires de ski-raquettes ont été empruntés à long terme, et ce, à des intervalles différents.

Le conseil municipal a pris la décision de faire l'acquisition, pour l'instant, de trois vélos de montagne. Le printemps étant à

nos portes, le choix est apparu clairement de ne pas pénaliser les citoyens et les touristes.

De nouvelles mesures seront prises afin de sécuriser les lieux.

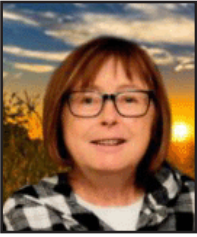
Preissac rayonne par ses nombreux attraits, la beauté des lieux et la philosophie innovatrice de toute l'équipe municipale.

Soyons fiers et solidaires !





## Nécrologie



- Est décédée au CISSS A-T Hôtel-Dieu d'Amos le 10 janvier 2021 à l'âge de 68 ans, après une longue maladie, **Mme Diane Roy**, domiciliée à Amos, fille de feu Edmond Roy et de feu Thérèse Lemerise, épouse de Ghislain Bégin.

Outre son époux, madame Roy laisse dans le deuil ses enfants : Nicolas (Caroline), Francis (Véronique) et Julie (Philip); ses petits-enfants: Édouard, Léa et Emma; ses frères et sœurs dont Sylvie (Donald Rheault) de Preissac; ses beaux-frères et belles-sœurs; ses neveux et nièces ainsi que de nombreux parents et amis.



- Est décédé au CISSS A-T Hôtel-Dieu d'Amos le 17 janvier 2021 à l'âge de 63 ans, **M. Noël Giguère**, domicilié à Amos, fils de feu Victor Giguère et de feu Marie Tanguay, conjoint de Céline Lemerise.

Outre sa conjointe, monsieur Giguère laisse dans le deuil son fils Simon (Noémie Larivière); ses frères et sœurs : feu Valère

(Lise Laverdière), feu Réal, Pauline (Denis Pelchat), Fernand (feu Diane Guay) et Huguette (François Labrecque); ses beaux-parents: M. Jean-Paul Lemerise et Mme Cécile Laroche; ses beaux-frères et belles-sœurs; ses neveux et nièces ainsi que de nombreux parents et amis.



- Est décédé au CISSS A-T Hôtel-Dieu d'Amos le 22 janvier 2021 à l'âge de 68 ans, **M. Claude Caron**, domicilié à Amos, fils de feu Maurice Caron et de feu Murielle Curadeau.

Monsieur Caron laisse dans le deuil ses enfants: Yanick, Keven, Jimmy, Sandra et Jessica; ses petits-enfants : Émeraude, Nathaniel, Alexy et Channy; ses frères et sœurs : Alain (Carole Coulombe), Jacques (Nathalie St-Laurent), France (feu Jean Ménard), Guylaine (André Nolet) et Nathalie; il était aussi le frère de feu Chantal; 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.

## Présence policière accrue dans les sentiers fédérés

Sûreté du Québec,  
Région de l'Abitibi-Témiscamingue-Nord-du-Québec



**Les policiers motoneigistes de la Sûreté du Québec, avec la collaboration de la Fédération des clubs de motoneigistes du Québec et du ministère des Transports, sont intervenus de façon intensive dans les sentiers tout au long de la fin de semaine du 23 et 24 janvier, et ce, sur l'ensemble du territoire de l'Abitibi-Témiscamingue dans le cadre des Opérations IMPACT.**

Cette présence policière accrue vise à sensibiliser les motoneigistes à l'importance d'adopter des comportements responsables et sécuritaires. Des interventions ont été réalisées dans les sentiers ainsi qu'aux croisements des chemins publics auprès des motoneigistes qui ont des comportements qui compromettent la sécurité des autres usagers.

Par le financement des Opérations IMPACT, le gouvernement souhaite favoriser un environnement plus sécuritaire pour les adeptes de véhicules hors route, mais aussi pour tous les usagers qui empruntent les chemins publics qui croisent les sentiers.

Une attention particulière a été portée à la capacité de conduite affaiblie par l'alcool, la drogue ou une combinaison des deux, le non-respect de la limite de vitesse et le non-respect des panneaux d'arrêts obligatoires aux croi-

sements des sentiers et des chemins publics.

Pour sa part, la Fédération des clubs de motoneigistes du Québec invite les adeptes de la motoneige à adopter des pratiques sécuritaires et respectueuses de l'environnement et de la quiétude des populations riveraines des sentiers.

### Conseils de sécurité

- Circuler sur les sentiers balisés et éviter les plans d'eau : l'état de la glace à certains endroits peut représenter un risque important pour les personnes qui s'aventurent hors des sentiers;
- Éviter de partir seul en randonnée et toujours avertir un proche de l'itinéraire prévu;
- Être particulièrement vigilant à la croisée d'un chemin public;
- Garder la droite en tout temps;
- Respecter la signalisation;
- Ajuster sa vitesse en fonction des conditions des sentiers.

### Rappel de la réglementation

- En sentier, actuellement, tout conducteur de motoneige doit être âgé d'au moins 16 ans. De plus, les conducteurs de 16 et 17 ans doivent détenir un certificat d'aptitudes et de connaissances démontrant qu'ils ont les habiletés pour conduire une motoneige;
- La circulation en motoneige est interdite sur les chemins publics sauf en cas d'exception, notamment aux endroits prévus par une si-

gnalisation;

- La limite de vitesse maximale en sentier est de 70 km/h;
- Les motoneigistes sont soumis aux mêmes lois que les automobilistes en ce qui concerne la capacité de conduite affaiblie par la drogue, l'alcool ou une combinaison des deux.

La capacité de conduite affaiblie et la vitesse sont les principales causes de décès en motoneige. Au cours de la saison 2019-2020, vingt-quatre motoneiges ont été impliquées dans des collisions mortelles sur le territoire de la Sûreté du Québec.

Soulignons que ces opérations de surveillance s'inscrivent également dans l'esprit de la réforme de la Loi sur les véhicules hors route (LVHR) qui a pour objectif d'assurer la sécurité du public en encadrant l'utilisation des VHR ainsi que la circulation en sentier. Elle vise à contribuer à une amélioration du bilan des décès et des blessés graves lors de l'utilisation d'un VHR.

Rappelons que par ces opérations, la Sûreté du Québec et ses partenaires souhaitent que les adeptes de motoneiges puissent profiter de cette activité récréotouristique en toute sécurité, partout à travers le Québec.

### Bilan de ces interventions

- Lors de ces opérations, huit cent quatre-vingt-six motoneiges ont été vérifiées;
- Six constats d'infraction pour des excès de vitesse ont été donnés;
- Trente-huit constats d'infraction pour diverses infractions ont été donnés (système d'échappement, non-respect de la signalisation et équipement non conforme, etc.);
- Cent cinq avertissements ont été remis.



DU 15 AU 19 FÉVRIER 2021  
**LES JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE**

**Félicitations aux diplômés (es) 2020 de Preissac!**

**La municipalité de Preissac est fière de ses diplômés et veut les connaître**

**Vous êtes recherchés!**

**QUI?**



6<sup>e</sup> année (école St-Paul de Preissac)  
Secondaire 5  
DEP  
Cégep  
Université

**Tirage au sort parmi les diplômés**

**Le gagnant se méritera une séance photo avec M. Elvis Roy**

Pour vous inscrire (avant le 28 février 2021)

Communiquez avec France Daoust, agente de développement  
Par courriel : [developpement@preissac.com](mailto:developpement@preissac.com)  
Laissez vos coordonnées, et une photo serait appréciée

Tél : 819 732-4938



## LE DÉGAGEMENT DES SORTIES : EN HIVER, C'EST PRIORITAIRE !

**En cas d'incendie, il est essentiel de pouvoir évacuer rapidement votre domicile. En hiver, l'accumulation de neige ou de glace dans vos sorties extérieures peut nuire à l'évacuation. Suivez ces quelques conseils pour une évacuation en toute sécurité :**

- Après chaque chute de neige, déneigez vos sorties, vos balcons, votre terrasse et vos fenêtres.
- Assurez-vous que les fenêtres sont déneigées et dégelées. Une fenêtre coincée par la glace peut empêcher l'évacuation !
- Prévoyez un point de rassemblement accessible en hiver et visible des pompiers dès leur arrivée.
- Faites en sorte que les fenêtres pouvant servir de sorties de secours soient accessibles de l'intérieur pour un jeune enfant, et que celui-ci connaît la façon de les ouvrir et d'y accéder.
- Préparez un plan d'évacuation de votre domicile et exercez-vous à évacuer avec les membres de votre famille pour augmenter vos chances de sortir sains et saufs lors d'un incendie.



Source : Ministère de la Sécurité publique



## Chronique de nos Aînés

Marielle Langlois, secrétaire

**A**vec la pandémie, même si nous sommes en déconfinement, les rassemblements ne sont pas permis.

Nos rencontres hebdomadaires ainsi que nos réunions mensuelles

sont en arrêt jusqu'à nouvel ordre.

Nous espérons que vous vous portez bien et que vous serez parmi nous lors du retour de nos activités.

Bonne Journée de la femme!



## Biblio Sud

Inscription gratuite, venez en profiter

## Le partage des coups de coeur

Nicole Marcil, responsable

**F**évrier était le mois coups de coeur littéraires. Voici ceux que les bénévoles de la bibliothèque ont choisi de nous partager.

Ces livres sont disponibles à la bibliothèque : n'hésitez pas à venir les emprunter si vous le désirez.

Bonne lecture!

**Jours et heures d'ouverture de votre bibliothèque**

les mercredis de 16 h à 18 h  
les vendredis de 14 h à 16 h

Téléphone: 759-4138



## Préparez-vous!

C'est dans la nuit du 6 au 7 mars prochain que nous avancerons nos cadrans et horloges d'une heure!



## Joyeux anniversaire

Pour le mois de décembre 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!

**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,  
courriel : 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!!!

## Entrepreneur Général

RÉO : 5698-3384-01

Construction

Rénovation

Commercial

Résidentiel



jcARRIERE@jc-eco-reno.com

www.jc-eco-reno.com

Jacques Carrière - Président  
51 Chemin Davé, Preissac  
J0Y 2E0

**819 218-3709**

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

## 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!!!



**Bertrand Bolduc**

Cell : 819 444-7080

transchargex@sec.cableamos.com

695, avenue du Lac  
Preissac QC J0Y 2E0

Excavation

Terre noire, jaune et mixte  
Gravier et agrégat

Développement domiciliaire  
Débroussaillage



## Félicitations à M. Yvan Martin!

France Daoust, agente de développement



**C'**est avec détermination et enthousiasme que monsieur Yvan Martin, employé de la Municipalité depuis près de sept ans, a terminé la formation avec succès et est maintenant détenteur d'un permis de chauffeur classe 3.

Ayant beaucoup d'expérience et de dextérité dans la conduite de pelle mécanique, il possède maintenant toutes les aptitudes requises pour opérer le camion de déneigement et toute machinerie lourde.

Un atout majeur pour la municipalité qui s'assure ainsi d'une

meilleure autonomie, donc des économies non négligeables.

Dans un futur rapproché, un autre membre de l'équipe sera aussi formé à cet effet, madame Valérie Roy.

Madame Roy a rejoint l'équipe municipale à l'été 2020. Son efficacité et son professionnalisme seront mis à profit pour compléter le trio d'opérateurs de machinerie lourde avec monsieur Yvan Lachance, qui a été formé en novembre 2016.

Il fait bon travailler à Preissac!



## Consignes à respecter pour une collecte efficace des bacs

avec le camion à chargement latéral



Pour plus d'informations :  
Bureau municipal  
819 732-4938

**Il est très important de respecter ces consignes pour éviter que votre bac ne soit pas ramassé ou endommagé.**

**Merci de votre collaboration!**





# Conseils de prévention relatifs à la vente itinérante et aux appels frauduleux

Sûreté du Québec

**Les policiers de la Sûreté du Québec désirent rappeler quelques conseils de prévention aux résidents de l'Abitibi-Témiscamingue relativement à la vente itinérante et au stratagème d'appels frauduleux.**

Dans un premier temps, la **vente itinérante**, ou communément appelée la porte-à-porte.

Les vendeurs qui font du porte-à-porte emploient parfois des tactiques de vente sous pression et peuvent être très insistants auprès des consommateurs qui finissent souvent par acheter un produit ou signer un contrat pour un service malgré leur réticence.

La vente itinérante n'est pas automatiquement une fraude, mais peut servir de prétexte à des personnes malintentionnées. À titre d'exemple, rappelons-nous que l'an passé, il y a eu un certain nombre de fraudes en lien avec la vente itinérante qui ont été signalées dans la MRC de la Vallée-de-l'Or donc :

- Gardez toujours les portes verrouillées, et ce, même si vous êtes dans la maison ou dans la cour. Cela empêchera un inconnu de pouvoir y pénétrer à votre insu;

- Regardez par la fenêtre ou judas pour voir la personne qui sonne à votre porte. Si vous ne pouvez pas la voir, demandez à travers la porte l'identité du visiteur;

- Même s'il semble honnête, il ne faut JAMAIS laisser un inconnu entrer dans la maison;

- Demandez à la personne de vous donner son nom et le nom de la compagnie ou de l'organisme de bienfaisance qu'elle représente et de produire une pièce d'identité avec photo;

- Prenez le temps de vérifier les informations transmises. Vérifiez auprès de votre municipalité si la personne, la compagnie ou l'organisme a

le droit d'effectuer de la vente itinérante;

- S'il s'agit d'un organisme de bienfaisance, demandez à la personne de vous expliquer la façon dont les fonds recueillis sont répartis. Assurez-vous d'obtenir ces renseignements par écrit;

- Ne donnez jamais de renseignements personnels ni de copies de factures ou d'états financiers;

- S'il s'agit d'une occasion d'investissement, faites les recherches nécessaires. Ne signez rien et lisez tout ce qui est écrit en petits caractères;

- **Vous avez droit à un délai de réflexion pour tout contrat signé à domicile;**

- Renseignez-vous sur vos droits. Consultez l'[Office de la protection du consommateur](#). Vous pouvez également consulter le [Centre antifraude du Canada](#) pour vous informer sur les différentes fraudes courantes et les conseils de prévention à leur sujet.

Dans un second temps, les **appels frauduleux**, on parle ici d'être vigilant lorsque vous recevez un appel d'un soi-disant «conseiller», «enquêteur» ou autre représentant d'une institution, d'un gouvernement ou de toute autre instance.

Voici quelques conseils afin de vous prémunir contre ce type de fraude :

- **Si on vous demande de confirmer ou de donner vos informations personnelles et bancaires : méfiez-vous.**

Ne donnez aucun renseignement personnel ou bancaire au téléphone. Les fraudeurs peuvent amorcer leur appel en vous demandant de confirmer votre identité à l'aide des renseignements déjà en sa disposition. Leur but? Vous mettre en confiance.

\* **Raccrochez.** Prenez un moment de recul. Retrouvez le numéro de téléphone offi-

ciel de l'organisme qui vous a contacté, appelez-le et vérifiez la validité de la demande qui vous est adressée. Ne rappelez jamais à un numéro de téléphone transmis par votre interlocuteur.

**Votre afficheur indique un « numéro de téléphone officiel »?**

\* Ne supposez JAMAIS que le numéro de téléphone sur votre afficheur est exact. Les fraudeurs utilisent des logiciels ou des applications pour tromper leurs victimes. Le numéro de l'appel peut également être masqué.

- **On vous presse d'acheter des cartes-cadeaux pour collaborer à l'enquête, d'effectuer un transfert d'argent? On vous demande de remettre vos cartes dans une enveloppe en raison de la pandémie?**

\* **Refusez.** N'ayez pas peur de dire non et raccrochez. Les fraudeurs peuvent hausser le ton, se montrer insistants ou recourir à des fausses menaces (vous mettre en état d'arrestation) pour obtenir votre coopération. Gardez en tête qu'aucun organisme gouvernemental n'emploie de ton menaçant ou n'effectue une pression indue pour de telles demandes.

\* Méfiez-vous, les fraudeurs prétextant un paiement ou un remboursement peuvent demander à la personne d'acheter des cartes Google Play ou d'autres cartes prépayées et ensuite de leur fournir les codes de ces cartes.

Rappelons que la fraude est un acte criminel par lequel une personne, par supercherie, mensonge ou autre moyen, soutire à une autre personne des biens, des services ou de l'argent. Faites preuve de vigilance face aux offres ou propositions trop alléchantes.



À PREISSAC NOUS SOMMES ÉCORESPONSABLES ET CONSÉQUENTS!

## Programme de couches lavables

Avec l'augmentation du coût de gestion des matières résiduelles, ce programme se finance par lui-même étant donné la diminution des déchets expédiés au site d'enfouissement.

## Problématiques couches jetables

De 5 000 à 7 000 couches jetables sont nécessaires pour rendre un enfant propre. Or, le temps de décomposition d'une seule couche varie entre 300 à 500 ans.

- Une couche lavable peut être utilisée 200 fois et se décompose en 6 mois. Une seule couche lavable peut remplacer jusqu'à 235 couches jetables.

## L'aide financière

La municipalité remboursera 50 % du montant d'achat des couches lavables, jusqu'à concurrence de 150 \$ annuellement avec preuve d'achat et certaines conditions.

Formulaire de réclamation obligatoire.

## Critères d'admissibilité

- L'enfant doit être âgé de moins de 3 ans
- Être résident permanent de Preissac

Pièces justificatives à fournir

## LE MONOXYDE DE CARBONE Cet ennemi invisible !

### C'est quoi, le Monoxyde de carbone (CO)?

- Le monoxyde de carbone est **invisible et inodore**. Il n'irrite pas non plus les yeux ou les voies respiratoires;
- Le monoxyde de carbone est un **gaz toxique**;
- L'intoxication au monoxyde de carbone peut entraîner des **séquelles irréversibles** ou la mort.

### Comment peut-on prévenir les intoxications au CO ?

- Par la présence d'**avertisseurs de monoxyde de carbone** installés au bon endroit;
- Par une **utilisation adéquate** et un **entretien rigoureux** des appareils à combustion;
- Par une **inspection régulière** et un nettoyage des cheminées, des tuyaux et des raccords des appareils à combustion;
- **Évitez certains comportements dangereux** comme :
  - Laisser un **véhicule en marche dans un espace clos** ou dans un endroit où la ventilation est déficiente tel qu'un garage ou un abri temporaire d'hiver;
  - Faire fonctionner un outil à moteur à combustion, telle **une génératrice, dans endroit clos**.



Un message du Service de prévention incendie de la MRC d'Abitibi



# On a tous de bonnes questions sur la vaccination



Au Québec, la vaccination contre la COVID-19 s'est amorcée en décembre 2020. Cette opération massive vise à prévenir les complications graves et les décès liés à la COVID-19 ainsi qu'à freiner la circulation du virus de façon durable. Par la vaccination, on cherche à protéger la population vulnérable et notre système de santé, ainsi qu'à permettre un retour à une vie plus normale.

## LA VACCINATION EN GÉNÉRAL

### Pourquoi doit-on se faire vacciner?

Les raisons de se faire vacciner sont nombreuses. On le fait entre autres pour se protéger des complications et des risques liés à plusieurs maladies infectieuses, mais aussi pour empêcher la réapparition de ces maladies.

### À quel point la vaccination est-elle efficace?

La vaccination est l'un des plus grands succès de la médecine. Elle est l'une des interventions les plus efficaces dans le domaine de la santé. Cela dit, comme tout autre médicament, aucun vaccin n'est efficace à 100 %. L'efficacité d'un vaccin dépend de plusieurs facteurs, dont :

- l'âge de la personne vaccinée;
- sa condition ou son état de santé (ex. : système immunitaire affaibli).

## L'EFFET DES VACCINS EN UN COUP D'ŒIL



- L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que la vaccination permet d'**éviter plus de deux millions de décès** dans le monde chaque année.
- Depuis l'introduction des programmes de vaccination au Canada en 1920, la **poliomyélite a disparu** du pays et plusieurs maladies (comme la **diphtérie**, le **tétanos** ou la **rubéole**) sont presque éliminées.
- La **variole** a été **éradiquée** à l'échelle planétaire.
- La principale bactérie responsable de la **méningite bactérienne** chez les enfants (*Haemophilus influenzae* de type b) est maintenant **beaucoup plus rare**.
- L'**hépatite B** a **pratiquement disparu** chez les plus jeunes, car ils ont été vaccinés en bas âge.





**Opération  
vaccination  
COVID-19**

## LA VACCINATION CONTRE LA COVID-19

### Le vaccin est-il sécuritaire?

**Oui.** Les vaccins contre la COVID-19 ont fait l'objet d'études de qualité portant sur un grand nombre de personnes et ont franchi toutes les étapes nécessaires avant d'être approuvés.

Toutes les étapes menant à l'homologation d'un vaccin ont été respectées. Certaines ont été réalisées de façon simultanée, ce qui explique la rapidité du processus. Santé Canada procède toujours à un examen approfondi des vaccins avant de les autoriser, en accordant une attention particulière à l'évaluation de leur sécurité et de leur efficacité.

### Quelles sont les personnes ciblées pour la vaccination contre la COVID-19?

On vise à vacciner contre la COVID-19 l'ensemble de la population. Cependant, le vaccin est disponible en quantité limitée pour le moment. C'est pourquoi certains groupes plus à risque de développer des complications de la maladie sont vaccinés en priorité.

### Peut-on cesser d'appliquer les mesures sanitaires recommandées lorsqu'on a reçu le vaccin?

**Non.** Plusieurs mois seront nécessaires pour protéger une part suffisamment importante de la population. Le début de la vaccination ne signifie pas la fin des mesures sanitaires. La distanciation physique de deux mètres, le port du masque ou du couvre-visage et le lavage fréquent des mains sont des habitudes à conserver jusqu'à nouvel ordre.

### Comment les groupes prioritaires ont-ils été déterminés?

La vaccination est recommandée en priorité aux personnes qui courent un risque plus élevé de complications liées à la COVID-19, notamment les personnes vulnérables et en perte d'autonomie résidant dans les CHSLD, les travailleurs de la santé œuvrant auprès de cette clientèle, les personnes vivant en résidence privée pour aînés et les personnes âgées de 70 ans et plus. À mesure que les vaccins seront disponibles au Canada, la vaccination sera élargie à de plus en plus de personnes.

### Ordre de priorité des groupes à vacciner

- 1** Les personnes vulnérables et en grande perte d'autonomie qui résident dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou dans les ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF).
- 2** Les travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux en contact avec des usagers.
- 3** Les personnes autonomes ou en perte d'autonomie qui vivent en résidence privée pour aînés (RPA) ou dans certains milieux fermés hébergeant des personnes âgées.
- 4** Les communautés isolées et éloignées.
- 5** Les personnes âgées de 80 ans ou plus.
- 6** Les personnes âgées de 70 à 79 ans.
- 7** Les personnes âgées de 60 à 69 ans.
- 8** Les personnes adultes de moins de 60 ans qui ont une maladie chronique ou un problème de santé augmentant le risque de complications de la COVID-19.
- 9** Les adultes de moins de 60 ans sans maladie chronique ni problème de santé augmentant le risque de complications, mais qui assurent des services essentiels et qui sont en contact avec des usagers.
- 10** Le reste de la population de 16 ans et plus.

### Est-ce que je peux développer la maladie même si j'ai reçu le vaccin?

Les vaccins ne peuvent pas causer la COVID-19, car ils ne contiennent pas le virus SRAS-CoV-2 responsable de la maladie. Par contre, une personne qui a été en contact avec le virus durant les jours précédant sa vaccination ou dans les 14 jours suivant sa vaccination pourrait quand même faire la COVID-19.

### La vaccination contre la COVID-19 est-elle obligatoire?

**Non.** Aucun vaccin n'est obligatoire au Québec. Il est toutefois fortement recommandé de vous faire vacciner contre la COVID-19.

### Est-ce que le vaccin est gratuit?

Le vaccin contre la COVID-19 est **gratuit**. Il est distribué uniquement par le Programme québécois d'immunisation. Il n'est pas possible de se procurer des doses sur le marché privé.

### Si j'ai déjà eu la COVID-19, dois-je me faire vacciner?

**Oui.** Le vaccin est indiqué pour les personnes ayant eu un diagnostic de COVID-19 afin d'assurer une protection à long terme. Toutefois, compte tenu du nombre limité de doses de vaccin, les personnes ayant eu la COVID-19 pourraient attendre 90 jours après la maladie pour être vaccinées.

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

☎ 1 877 644-4545

Québec 





# S'isoler, c'est sérieux.

Pour lutter contre la propagation de  
la COVID-19, on doit s'isoler quand :

- on a des symptômes
- on a passé un test
- le résultat est positif
- on revient de voyage
- on a été en contact avec  
un cas confirmé

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

📞 1 877 644-4545



## La page écolo

# Au moins deux cents lacs sont en train de mourir au Québec, dont le lac Preissac

Manon Derome

**Des riverains ainsi que des associations locales de protection des cours d'eau se sentent bien seules dans leur lutte pour les sauver.**

## Que pouvons-nous faire ensemble et individuellement pour protéger notre plus grande richesse?

En 2018, l'état de santé du lac Preissac se situait au niveau intermédiaire de son eutrophisation. (réf1)

## Processus d'eutrophisation

De tout temps, à Preissac comme ailleurs, les lacs, les rivières et les ruisseaux ont exercé une véritable influence sur les êtres humains. Ceux-ci se sont d'abord établis en bordure des plans d'eau pour des raisons pratiques de transport et pour répondre à des besoins domestiques. Peu à peu, la recherche de quiétude, d'espace et de contact avec la nature s'est ajoutée à ces raisons initiales. Au fil des ans, des rives ont été déboisées, à remblayées, engazonnées ou même enrochées ou bétonnées, des plages artificielles ont vu le jour et des eaux usées ont été rejetées dans ces plans d'eau. Sans couvert végétal permanent, l'eau de pluie, au lieu de stagner et de s'infiltrer, ruisselle et entraîne avec elle, vers les plans d'eau, des particules organiques, des minéraux ainsi que des fertilisants.

Dans certains cas, ces actions ont contribué progressivement à la détérioration du plan d'eau, entraînant leur vieillissement prématuré (eutrophisation).

## Que pouvons-nous faire?

Afin de ralentir ce processus, pour un lac au niveau intermédiaire comme le lac Preissac, le MELCC1\* re-

commande des actions concrètes, le statu quo et la tolérance n'étant plus souhaitables. Les droits acquis de polluer un cours d'eau n'existent plus.

La bonne nouvelle c'est qu'à ce niveau intermédiaire, des mesures importantes peuvent changer la vitesse de vieillissement de nos lacs et de nos rivières. Il n'est pas trop tard!

L'adoption de mesures pour limiter les apports de matières nutritives issues des activités humaines sont au premier plan :

1- mise à niveau des installations septiques qui ne correspondent plus aux normes actuelles et surveillance accrue de la fréquence des vidanges.

2- bannissement d'engrais pour de "belles" fleurs alors que l'emploi de plantes indigènes peuvent avantageusement les remplacer.

3- suggestion de l'emploi de petits arbustes et herbacées indigènes à grande capacité d'absorption de l'eau pour (re)végétaliser une bande riveraine sans trop compromettre la vue sur le lac.

Le maintien et l'amélioration de la qualité d'un plan d'eau nécessitent de porter une attention soutenue à ses rives et à son littoral. Cela suppose la prévention de leur dégradation et de leur érosion ainsi que la conservation de la qualité et de la diversité biologique du milieu.

L'agriculture, les changements climatiques, la déforestation, les fosses septiques non-conformes, l'emploi des engrais à pelouse/fleurs (même loin du lac) sont les facteurs qui contribuent le plus à l'accélération du vieillissement des lacs.

Il serait trop long ici de répertorier toutes les mesures individuelles et collectives que nous pouvons faire, il y en a trop.

Nous vous invitons à consulter [www.environnement.qc.ca](http://www.environnement.qc.ca) *Politique de protection des rives, du littoral et des plaines inondables.*

Beaucoup des actions suggérées par le MELCC concernent la (re)végétalisation naturelle et le reboisement des berges en fonction de la pente du terrain adjacent au lac.

Nous sommes privilégiés d'habiter aux abords de ces lacs magnifiques, nous avons donc une responsabilité accrue de les protéger. Soyons solidaires pour la protection de notre environnement exceptionnel et agissons maintenant.

## Saviez-vous qu'une fosse septique défectueuse peut :

- Favoriser la croissance d'algues dans le lac jusqu'à prolifération;

- Représenter un grand danger de maladies pour les baigneurs;

- Représenter un risque grave pour la santé infantile;

- Contaminer les sources d'eau potable;

- Nuire à la flore et à la faune jusqu'à la mort de poissons.

**NB :** Pour connaître la réglementation en vigueur à Preissac concernant la gestion adéquate de la bande riveraine, SVP communiquer avec M. Claude Ménard, Inspecteur municipal. [inspection@preissac.com](mailto:inspection@preissac.com) 819 732-4938

Ref1 \*MELCC1 : Ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques.

## Produits d'hygiène féminine durables

# Programme de remboursement

France Daoust, agente de développement



**Cette aide financière constitue la suite logique de celle des couches lavables. Il en coûte à la municipalité + ou - 150 \$ la tonne pour l'enfouissement de produits d'hygiène, couches qui sont très nuisibles pour notre mère la Terre.**

**12,500 Protections hygiéniques (\*1)**

C'est le nombre moyen de tampons et serviettes hygiéniques qu'une femme utilisera dans sa vie.

Mois après mois pendant une moyenne de 40 ans, la femme utilise ces produits contenant des produits toxiques.

À ce jour, les fabricants refusent d'accorder des entrevues ou d'afficher la composante de ces produits.

**400 à 500 ans (\*1)**

C'est le nombre d'années que prendra une serviette sanitaire\* à se dégrader dans l'environnement. (\*pour 3 à 4 heures d'utilisation)

ment. (\*pour 3 à 4 heures d'utilisation)

## Dépenses admissibles

Coupe menstruelle, serviettes hygiéniques, protège-dessous et culottes menstruelles lavables, ainsi que les protections lavables pour fuites urinaires.

## Critères d'admissibilité

Vous devez résider à Preissac et remplir le formulaire de demande.

Une seule subvention par adresse civique.

## Remboursement

50 % du montant total dépensé pour un total maximum de 150 \$ pour 2 ans.

Deux réclamations maximum au courant des 2 années. (Certaines conditions s'appliquent.)

(\*1) Réf : Mme L'Ovary

**MRC ABITIBI COLLECTE DES RÉSIDUS ORGANIQUES**

**LES SACS DE PLASTIQUE, BIODÉGRADABLES OU OXIODEGRADABLES SONT REFUSÉS AU COMPOSTAGE!**

**Utilisez le sac de papier!**

[bottinvert.mrcabitibi.qc.ca](http://bottinvert.mrcabitibi.qc.ca) - section « Compostage »



# Décontamination de l'ancien site minier Preissac Molybdénite

Éric de Montigny

Directeur des communications MERN et MFFP

**L'ancien site minier Preissac Molybdénite, situé sur des terres publiques, a le statut de site abandonné puisque le dernier propriétaire et responsable des résidus et des stériles miniers n'a plus d'existence légale. Le site a été inclus au Passif au titre des sites contaminés sous la responsabilité de l'État par le ministère de l'Énergie et des Ressources naturelles (MERN).**

L'opération de la mine Preissac Molybdénite a permis l'extraction de 2,2 millions de tonnes de minerai et engendré la production de stériles miniers, accumulés sur une halde à stériles d'une superficie d'environ trois hectares. Durant l'exploitation, le minerai a été traité sur place et les résidus issus du traitement ont été stockés sur deux aires d'accumulation, dont une est située sur le site principal. À la fin de l'exploitation minière, des activités illicites de brûlage de rebuts de caoutchouc et de goudron contenant du chlorure de cuivre, provenant d'un site industriel américain, ont eu lieu en bordure du lac Fontbonne et sur la halde de stériles. Ces activités de brûlage ont généré une contamination aéroportée qui s'est déposée sur l'aire de brûlage en bordure du lac Fontbonne, sur la

halde de stériles et sur les boisés en périphérie.

Depuis 2012, le site minier a fait l'objet de nombreux travaux de caractérisation environnementale des sols et de l'eau souterraine. Les activités illicites de brûlage ont contaminé les sols stériles et miniers. Ils étaient contaminés en dioxines et furanes polychlorés. À la suite de ces travaux le MERN a entamé une collaboration avec la Direction de santé publique de l'Abitibi-Témiscamingue. Une caractérisation des denrées a été faite, des séances d'information avec les citoyens ont eu lieu et des affiches ont été posées sur le site. Une nouvelle caractérisation de denrées est prévue lorsque le site sera complètement restauré, donc après 2023.

En juillet 2015, WSP Canada a été mandaté, à la suite d'un appel d'offres public, à fournir les services d'ingénierie visant la restauration du site. Leur mission est de remettre le site dans un état satisfaisant d'un point de vue environnemental, social et économique, tout en assurant un minimum d'entretien et de suivi à long terme. Les années suivantes ont été consacrées à l'élaboration d'un plan de restauration, de plans et devis ainsi qu'à l'obtention d'autorisations pour les travaux. Étant un processus

complexe, la décontamination demande une bonne préparation afin de bien maîtriser son exécution. La santé et la sécurité des citoyens est au centre de nos priorités.

En 2020, la première phase des travaux a commencé. Elle consiste en l'excavation des matériaux affectés et en la gestion des sols et stériles en conformité avec les exigences du ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques. Suivant le plan de travail 2020-2021 du MERN, relativement à la restauration des sites miniers abandonnés<sup>[1]</sup>, la restauration du présent site devrait être complétée d'ici 2023. Également, des essais de végétalisation écologique sur une parcelle de l'aire d'accumulation de résidus miniers ont été réalisés par WSP en 2020, parallèlement aux actions décrites plus tôt. Ces essais ont été réalisés en vue de la prochaine phase des travaux de restauration de l'ancien site minier. Ces essais visent à confirmer l'efficacité du type de revégétalisation envisagé afin de permettre une intégration appropriée du site avec le milieu naturel lors de la restauration finale.

<sup>[1]</sup> Voir <https://mern.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/plan-TravailRestorationSiteMinier.pdf>

# Pourquoi est-il si exigeant d'être proche aidant?

Brigitte Paul, intervenante sociale auprès des proches aidants

**Les proches aidants risquent de devoir demander de l'aide à leur tour s'ils ne prennent pas mieux soin d'eux-mêmes. Parce qu'ils se croient responsables de tous les besoins de leurs êtres chers, ils assument seuls les nombreuses obligations. Il ne faut toutefois pas oublier que de demander de l'aide peut être aussi bénéfique à la personne aidée qu'au proche aidant.**

D'où vient cette réticence à rechercher de l'aide? Le proche aidant anticipe un sentiment de culpabilité envers la personne aidée et il ne veut pas ressentir la honte de ne pas être à la hauteur de la tâche à accomplir. Il préfère endurer un contexte difficile mais connu plutôt qu'une nouvelle situation qui pourrait s'avérer pire. Aussi, le proche aidant veut respecter les craintes de la personne aidée qui se trouverait devant un changement s'il devait arriver une nouvelle personne pour l'aider dans ses routines quotidiennes, même si cette personne fait partie de la famille.

« Je ne veux pas avoir affaire à n'importe qui, je ne veux pas d'étranger. »

« Je vais m'arranger toute seule. »

« C'est ça, tu n'es plus capable de t'occuper de moi. Aussi bien me placer. »

Le recours à des ressources extérieures peut susciter davantage de désappropriation de la part de la personne aidée. En plus de se manifester verbalement, ce désaccord peut s'extérioriser par des comportements inappropriés, des gestes brusques, des attitudes blessantes et même des pleurs. Il est alors difficile pour le proche aidant de ne pas ressentir un sentiment de culpabilité.

Les proches aidants sont des gens responsables qui ne craignent pas de s'impliquer outre mesure pour le bien-être de la personne aidée. Mais être responsable ne signifie pas uniquement remplir ses devoirs envers autrui. Cela veut également dire être juste et honnête vis-à-vis soi-même et reconnaître et respecter ses limites.

L'organisme Support aux aînés de l'Harricana, par le biais de son programme *Un moment pour vous*, peut vous aider à modifier et ainsi améliorer votre situation. L'intervenante sociale Brigitte Paul sera heureuse de vous rencontrer. N'hésitez pas à réserver un rendez-vous.

Support aux aînés de l'Harricana et Un moment pour vous  
819 727-5555



**TESS CONSTRUCTION INC.**  
R.B.Q. : 5705-0338-01

<p>Timber frames Coffrage pour dalles Coffrage isolant</p>	<p>Charpente Finition intérieur et extérieur Installation porte et fenêtre</p>	<p>Toiture Patio - Terrasse Projets divers</p>
--	--	--

JEAN-PIERRE TESSIER

tessconstruction@hotmail.com 819 218-3076

Sois dans le feu

de l'action

Deviens

- pompier/pomprière
- premier répondant/première répondante

Nous recrutons

Pour information :

Gilles Prévost 819 354-6561 gillies45@hotmail.com	Yan Gosselin 819 727-8757 yanau726@hotmail.com	Tony Bolduc 819 763-0020 toon307@hotmail.com	Richard Lemire 819 880-0022 richardlemire@msn.com
---	--	--	---






# On jase municipal



Marie-Josée Veilleux

**P**uisque les réunions publiques ne sont toujours pas permises, j'ai rencontré monsieur le Maire pour faire un suivi des dossiers traités lors de la dernière session du conseil.

## L'aide financière aux organismes

Comme à chaque année, en novembre, les organismes de la municipalité sont invités à faire une demande d'aide financière afin que les montants soient considérés lors de l'élaboration du budget municipal.

Cette année, les membres du conseil ont fait en sorte que les organismes aient, comme à chaque année, les sommes demandées. Donc le Cercle de Fermières aura 1 000 \$, le Club Preissac d'Art en Or 2 000 \$, le Club de l'Âge d'Or 1 500 \$, l'école Saint-Paul 3 000 \$, le Journal L'Alliance 12 500 \$ + 600 \$ par mois pour publicité et la Biblio Secteur Tancrede 2 890 \$. Encore une fois, les bénévoles de ces organismes ont la preuve que le soutien municipal est présent et que leur engagement est très apprécié.

## Demandes d'aide financière

Des demandes seront faites dans les volets « Projet structurant » et « Fonds touristique de la MRC » afin de bénéficier de subvention pour les projets de Station de lavage de bateaux et l'aménagement de sentiers de vélo (nouveaux et existants). Ces projets sont en processus de concrétisation afin d'être réalisés en 2021.

## Taux de taxes

Si vous avez pris connaissance du budget municipal, vous aurez constaté que les taux de taxes ont été gelés pour 2021. Le conseil a justifié être capable d'élaborer un budget très acceptable

avec les revenus actuels sans couper dans les projets de développement et de valorisation du milieu, ni dans le soutien des actions communautaires des organismes.

## Construction du chemin des Riverains.

Il a été mentionné, dans une précédente édition, que le chemin des Riverains avait été mis à niveau. Certains étaient inquiets sur la provenance des fonds pour couvrir les coûts de ces travaux. Il faut se référer au règlement #271-2019 pour en connaître les informations pertinentes.

Il faut savoir que ces travaux, les résidents de ce chemin les attendent depuis longtemps et sont en pourparlers avec la municipalité depuis plusieurs années. Ils auront négocié avec plusieurs maires et conseils avant de voir l'aboutissement de toutes leurs démarches.

Cette mise à niveau, ou construction, au coût de 700 000 \$ est prise en charge par la Municipalité. 40 % sera remboursée par une taxe spéciale chargée sur le compte de taxes des contribuables habitant sur le chemin des Riverains.

## Appui politique d'un projet

Le conseil municipal a reçu la demande d'un citoyen afin d'avoir son soutien politique. Ce soutien lui sera utile dans la recherche de financement.

Ce projet, élaboré par monsieur Martin Langlois, apporterait le développement d'un service de location d'embarcations (pédalos, pontons et kayaks). Ce nouveau service favoriserait l'accès aux plans d'eau de Preissac par les touristes et les citoyens intéressés. Belle initiative qui fera connaître encore plus notre municipalité et créera de l'emploi dans notre milieu.

## Suivi sur le nouveau Complexe récréatif Jacques-Massé

Le processus se poursuit. Les inquiétudes présentes sont : est-ce que la promesse du montant investi par la Municipalité sera respectée? Interrogé sur le sujet, monsieur le Maire a répondu : « C'est certain que les matériaux de construction sont en augmentation, on en est conscients. Mais les subventions sont en pourcentages. Ce n'est pas un montant fixe qui est accordé mais bien un pourcentage sur le coût final. Comme notre contribution : elle est établie à 15 % du montant total et ne changera pas. Le montant va changer, mais pas le pourcentage. On ne paiera jamais plus de 15 %. Présentement, nous avons engagé un architecte et un ingénieur pour nous présenter un projet concret. Nous avons l'évaluation faite sur le réseau d'aqueduc et savons qu'il est bon pour fournir à la demande que représente un gros bâtiment comme il est prévu.»

«On est bien contents du développement du projet. C'est un projet prioritaire, selon le gouvernement, et ça nous permet de continuer nos démarches dans le développement de ce dossier. Nous espérons pouvoir effectuer des travaux majeurs en 2021. Rien ne nous ferait plus plaisir. On garde espoir que ça aille vite, bientôt, pour que les activités puissent reprendre dans ce nouvel édifice mieux adapté aux besoins des citoyens,» de dire Donald Rheault, maire de Preissac.

Si vous avez des questions sur les sujets traités dans cette présente chronique ou tout autre sujet qui touche le municipal, n'hésitez pas à communiquer avec Marie-Josée par courriel à [journal.alliance.preissac@cablvision.qc.ca](mailto:journal.alliance.preissac@cablvision.qc.ca) ou par téléphone au 819 759-4141. Il me fera plaisir de vous apporter des réponses dans une prochaine chronique.

**CLD 20**  
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](http://cldabitibi.com) | [info@cldabitibi.com](mailto:info@cldabitibi.com)  
CLDabitibi

## POMPE À EAU

René Rochefort

**Pompes et traitement d'eau**

René Rochefort, président  
Tél. : 819 824-4045 Fax.: 819 824-3566  
S.F.: 1 866 666-4045  
[rene.rochefort@pomperochefort.qc.ca](mailto:rene.rochefort@pomperochefort.qc.ca)

La 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

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS!  
T. 819 732-8311  
[sadc@sadc-harricana.qc.ca](mailto:sadc@sadc-harricana.qc.ca)

**SADC**  
Société d'Administration  
du Centre de Développement  
de l'Arrondissement  
de l'HARRICANA

Canada Développement économique Canada pour les régions du Québec  
Appuyez-vous sur le SADC

**AGNICO EAGLE**  
COMPLEXE MINIER LaRONDE

Vous avez des questions, des commentaires ou désirez vous abonner aux avis relatifs aux activités du complexe minier LaRonde incluant les avis suite à un événement sismique?

819.759.3700, poste 4105005

[relations.laronde@agnicoeagle.com](mailto:relations.laronde@agnicoeagle.com)

[www.abitibi.agnicoeagle.com](http://www.abitibi.agnicoeagle.com)

**INFORMER. CONSULTER. S'ADAPTER.**  
Opérer de manière durable.



# Mini-pâtés chinois au porc effiloché et à la purée de patates douces au cheddar



### Ingrédients

- 1 c. à soupe de beurre
- 1 c. à soupe d'huile végétale
- 1 petit oignon, émincé
- 2 oignons verts, ciselés
- 2 paquet (400 g) de porc effiloché du commerce
- 3 c. à soupe de sauce soya
- 1 boîte (398 ml) de maïs en grains, égoutté
- 1 boîte (298 ml) de maïs en crème
- 1 recette de purée de patates douces au cheddar (voir recette)

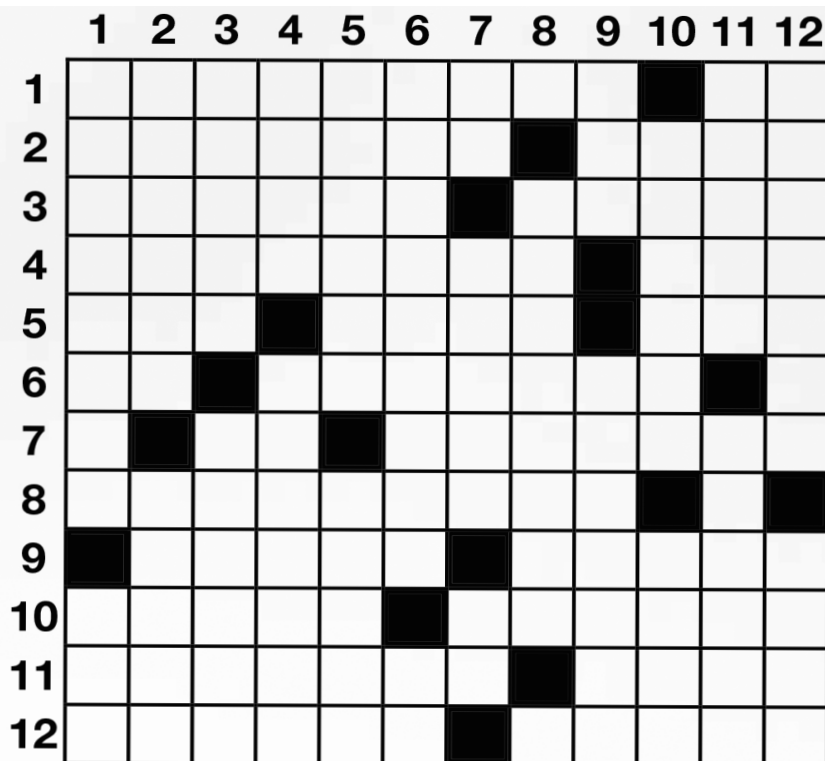
### Purée de patates douces et cheddar

- 4 pommes de terre jaunes, pelées en cubes
- 2 patates douces, pelées, en cubes
- ¼ tasse de beurre
- 2 c. à soupe de crème
- 1/3 tasse de fromage cheddar, râpé
- Au goût, sel et poivre

### Préparation

1. Préchauffer le four à 350 °F.
2. Dans une poêle antiadhésive, chauffer le beurre et l'huile.
3. Suer l'oignon 2 minutes. Ajouter les oignons verts. Cuire 1 minute. Ajouter le porc effiloché. Cuire 2 minutes pour réchauffer. Ajouter la sauce soya. Mélanger. Dans un plat allant au four, répartir la viande en une seule couche. Étaler le maïs en grains et en crème par-dessus.
4. Cuire les pommes de terre et les patates douces dans de l'eau bouillante de 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient bien cuites. Égoutter. Piler à l'aide d'un batteur ou d'un pilon à purée jusqu'à l'obtention d'une texture fine. Ajouter le beurre, la crème et le fromage. Assaisonner. Piler jusqu'à ce que tout soit fondu et la purée bien lisse et crémeuse.
5. Étendre la purée sur le dessus des préparations de viande et de maïs. Cuire au four de 25 à 30 minutes.

## MOTS CROISÉS



### Horizontalement

1. Compositeur et pédagogue musical né en 1891 à Montréal – Réel transcendant.
2. Élément qui fait comprendre – Groupe fermé de personnes.
3. Raide – Contenant en matière rigide.
4. Elle permet le raccordement d'un appareil électrique à une prise de courant éloignée – Devant Wilfrid Laurier.
5. Parfois dans le pouding – Rejeter comme faux – Explosif.
6. Des gens – (S')applique.
7. Titre abrégé – Inflorescence.
8. Chatouillées légèrement et agréablement.
9. Idée fixe – Il s'écrit avec l'alphabet cyrillique.
10. Instruits – Impitoyable (d'...).
11. Elles sont chargées de gérer pour le compte d'autrui – Fleuve d'Irlande.
12. Émerillonnés – Vente publique aux enchères.

### Verticalement


1. Dans la région de Charlevoix – Durillon.
2. Compréhensif – Métaphore.
3. Ouverte – Échelonnés.
4. Substance parfumée – Distingué.
5. Balances – Suite de mots.
6. Elle vit dans un tube en U creusé dans les sables marins – Fais partie (de).
7. Divinité grecque – Microbe – Face de dé.
8. Maladie due à une carence en vitamine B1.
9. On lui doit *Au nom de la rose* – Donner avec parcimonie.
10. Cercle périphérique, sur chaque côté d'une pièce de monnaie – Costume féminin.
11. Il permet le glissement d'un objet sur un support – Ladrerie.
12. Manque d'initiative – Prince troyen.

## Solution de janvier 2021

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



### Le Club Preissac d'Art en Or

 vous invite à rejoindre l'équipe dynamique d'artistes amateurs qui le compose!!!

**Nous sommes toujours en attente pour débiter notre saison de cours et d'activités.**  
**Nous vous informerons dès que possible de la reprise de nos rencontres.**

Pour information ou inscription Marie-Josée Veilleux, présidente au 819 442-2273



*En raison du confinement dans le contexte de la COVID-19, la séance régulière du conseil municipal qui aura lieu le 8 mars 2021 à 19 h 30 sera tenue à huis clos, donc sans la présence du public.*

*Pour de plus amples informations vous êtes invités à consulter le site internet [www.preissac.com](http://www.preissac.com) ou à communiquer par téléphone au 819-732-4938 aux heures habituelles d'accueil du bureau municipal.*



# Le jeu des 10 erreurs



Solution : 1. Il manque une branche à l'arbre du centre. 2. La laisse du chien. 3. La clôture. 4. Le gilet au collier du chien. 5. Les yeux du chien. 6. Les yeux du chat. 7. Le foulard de la petite fille. 8. La bouche de la petite fille. 9. L'oreille du petit garçon. 10. La patte sur le genou du petit garçon.

# Sudoku

Niveau de difficulté : moyen

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

Solution le mois prochain.

## Solution de janvier 2021

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

# Mot mystère

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

- Âge
- Astre
- Atlas
- Cartes
- Clair
- Conjonction
- Coucher
- Cratère
- Croissant
- Cycle
- Déclin
- Décroît
- Degrés
- Dernier
- Explorer
- Face
- Globe
- Halo
- Image
- Latitude
- Longitude
- Lunaison
- Mer
- Nouvelle
- Nuit
- Opposition
- Orbite
- Phases
- Pleine
- Position
- Premier
- Quartier
- Satellites
- Sol
- Sonde
- Syzygie
- Terminateur

Indice : La lune (mot de 9 lettres)

Solution : Armstrong

**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](mailto:pmeinter@notairesabitibi.com)    [www.pmeinter.com](http://www.pmeinter.com)

**GRUPE 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

**AMOS MAZDA**  
CONCESSIONNAIRE PASSIONNÉ

Sylvain Fortier  
Propriétaire

819 732-0404

DEPUIS 1988

[www.amosmazda.com](http://www.amosmazda.com)



# Proches aidants : attention à «l'usure de compassion»

« L'usure de compassion est une profonde érosion émotionnelle et physique qui prend place lorsque les proches aidants ne sont plus capables de se régénérer et de se ressourcer »

**I**l s'agit d'un phénomène qui peut entraîner des changements lents et profonds, souvent difficiles à discerner.

Il faut porter attention à ses propres signaux d'alarme et développer de la vigilance pour soi-même. Un des signaux d'alarme les plus fréquents est lorsque l'empathie se transforme en sympathie : on prend sur soi la souffrance des autres, on fusionne avec cette souffrance jusqu'à devenir incapable de prendre du recul.

On peut être à l'affût de ses propres signaux en faisant de l'auto-observation : changements d'humeur, de comportement, variation dans les émotions, apparition de malaises physiques ou psychologiques en lien avec notre rôle de proche aidant. Les symptômes mentionnés le plus fréquemment sont : fort sentiment d'impuissance; émotions diverses et souvent contradictoires; culpabilité, stress, colère; sentiment d'isolement et d'incompréhension; grande fatigue physique et mentale; problèmes de sommeil et d'alimentation.

Diverses raisons peuvent fragiliser les aidants et les amener à glisser vers une surcharge émotionnelle : le syndrome du sauveur, le manque d'équilibre dans les diverses sphères de la vie, des difficultés personnelles ou professionnelles, la réticence à demander de l'aide, l'hyper-responsabilité, l'absence de réseau social, des attentes de rendement irréalistes.

Une fois qu'on a appris à reconnaître les signaux et les causes potentielles, il devient plus facile de choisir une à trois actions (concrètes, réalistes, plaisantes et situées dans le temps) qu'on aimerait poser dans un but préventif.

Pour prendre soin des autres, on doit d'abord être en mesure de prendre soin de soi!

Vous avez besoin d'aide? Contactez-nous :  
Marielle Rioux, intervenante sociale  
Société Alzheimer  
Abitibi-Témiscamingue- secteur MRC d'Abitibi  
819 727-1221

**ACBG** soudure inc.

°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



## L'Accueil d'Amos

401, 1<sup>re</sup> Rue Ouest,

Tél.: 819 727-1984

Une ressource alternative en santé mentale, itinérance/dépendance et banque alimentaire qui contribue à améliorer la qualité de vie de la personne en développant son autonomie.

**L'Accueil, le seuil de ta réussite**

**V**ous êtes envahi par tous vos contenants consignés et ne savez plus où les mettre?

Communiquez avec l'un de nos marguilliers et on se fera un plaisir d'aller les chercher à votre domicile.

Merci beaucoup!

Fabrique Saint-Raphaël de Preissac  
Brigitte Lachance Marguillière  
819 727-9291

## Massothérapie Annie Auclair

272, avenue du Lac, Preissac  
819 860-4000

Massage suédois  
Massage thérapeutique  
Réflexologie  
Nerf sciatique  
Harmonisation énergétique  
Access bars

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



## Fosses Septiques

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

8, avenue Principale, Preissac QC J0Y 2E0

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



Heures d'ouverture  
Semaine : 5 h à 22 h  
Weekend : 6 h à 22 h

Resto. : 819 759-8383

Dépan. : 819 759-8385

Télé. : 819 759-8384

9594, avenue Larivière  
Rouyn-Noranda (Cadillac)  
J0Y 1C0

routier.117@hotmail.com

LES MATÉRIAUX

3+2

Centre de Rénovation

Home hardware

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION

502, ROUTE 111 OUEST  
AMOS (QUÉBEC)  
819 732-8283  
INFO@3PLUS2.CA

3PLUS2.CA



Alain Blanchette

Entrepreneur général en construction

311, 1<sup>re</sup> Avenue Est  
Amos J9T 1H6  
Tel : 819 732-4471

E-mail: blanchettea@hotmail.com

Spécialistes en porte de garage  
Résidentiel | Commercial | Industriel

Propriétaire  
Manon Bolduc  
Bertrand Bolduc

819.727.1111  
819.334.2241

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

Matériaux MB inc.

RBQ: 5717-0763-01

**BOILARD ÉLECTRIQUE**

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