RE/MAX DISTINCTION
ACHETEUR/VENDEUR
Tranquilli-T GRATUIT
MÉLANIE TRUCHON
Courtier Immobilier
418 965-7364
CHRISTIAN TRUCHON
Courtier Immobilier agréé
418 964-6435
CAROLINE TRUCHON
Courtier Immobilier
418 965-7344
161, rue du Père-Divet, Sept-Îles, (QC) G4R 3P8
Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec

CLINIQUE DE DENTUROLOGIE
ÉRIC HURTUBISE d.d.
Prothèse complète ou partielle
Sur rendez-vous seulement
749, Beaulieu, Sept-Îles
418 962-1333 • 1 800 563-1334

A&W
Ouverture de 6 h à 22 h
7 jours sur 7
CHEF-D'ŒUF AVEC JAMBON sur croissant
Vous pouvez avoir le beurre et le croissant au beurre.
Nous sommes heureux de vous servir à notre service au volant, salle à manger fermée pour un temps indéterminé.
DÉJEUNER SERVI TOUTE LA JOURNÉE
719, boul. Laure 418 968-0488

can-am SPYDER
JUSQU'À 5 000$ DE RABAIS SUR LES MODÈLES SÉLECTIONNÉS
ATELIER LAFORGE
1167 boul. Laure, Sept-Îles, Quebec
(418) 962-6051 // 1-866-962-6051
www.AtelierLaforge.com

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien
lenord-cotier.com | vol. 14 n° 36 | Le mercredi 14 octobre 2020 | 40 pages

Hélène Bouchard ou la passion des haïkus

Page 4



Photo: Rodolphe Gagnon

restaurant L'oriental du Nord
SALLE À MANGER, LIVRAISON, COMMANDES POUR EMPORTER
1006, boulevard Laure • 418 968-6080

Octobre, mois de la sensibilisation au cancer du sein

Pages 13 à 19

ACTION CHÔMAGE Côte-Nord
Action-Chômage Côte-Nord informe et défend les prestataires de l'assurance-emploi. Appelez-nous, c'est gratuit!
Tél. : 581 323-1100
info@actionchomagecn.com
456 B, rue Principale
Portneuf-sur-Mer
Suivez-nous!

Audrey B. Lachapelle & Jessy Brisson
pharmaciennes propriétaires affiliées à
Jean Coutu
Place de Ville, 770, boulevard Laure
Livraison : 418 962-3333

Un Maudit groupe local depuis 27 ans

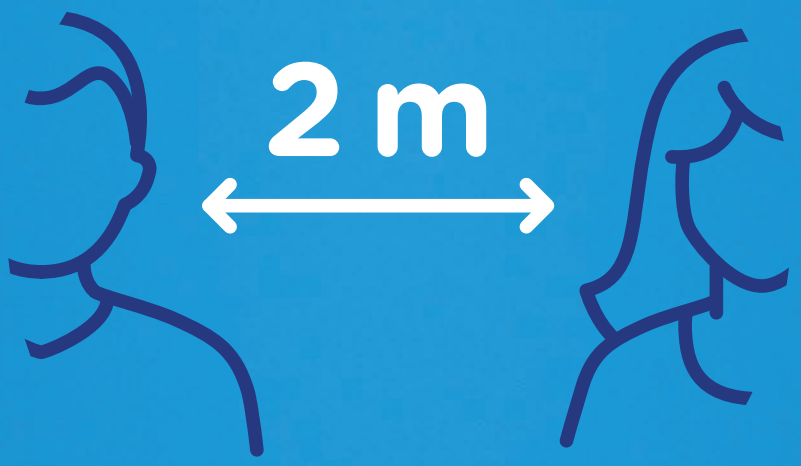
Pages 24 et 25

LOGEMENTS pour votre confort
CÔTE-NORD
LOGEMENTS À LOUER
418 960-0250
418 960-4480
www.logementscotenord.ca

Martial Lévesque
Courtier immobilier
418 409-4524
ROYAL LEPAGE PERFECTION
AGENCE IMMOBILIÈRE
648, rue Gamache
Maison situé au centre-ville
42, rue Hogue
Grande maison avec revenus et garage
1040, rue de la Mer
Avec deux terrains et endroit paisible
14, rue des Becs Scies
Au goût du jour, une visite s'impose
André Lessard
Courtier immobilier
418 965-0567
VISITEZ MON SITE WEB MARTIAL LÉVESQUE.COM
SEULE AGENCE IMMOBILIÈRE LOCALE • ROYAL LEPAGE-PERFECTION.CA.

Jean Mallet, denturologiste
Christian Ouellet, chirurgien-dentiste
Dominic-Mathieu Duret, chirurgien-dentiste
Erika Scanlan, chirurgienne-dentiste
• Dentisterie familiale complète
• Prothèses dentaires fixes ou amovibles
• Service d'orthodontie et Invisalign
• Service d'implantologie
• Restaurations céramiques CEREC
• Service de parodontie et soins des gencives
• Chirurgie, anesthésie générale
• Radiographie numérique 3D
Ouellet & Duret
CLINIQUE DENTAIRE
128, Régnault, suite 202, Sept-Îles | 418 968-9777 | rendezvous@sourireeclatant.com

Pourquoi doit-on respecter une distance de 2 mètres?



Garder une distance de 2 m nous protège des gouttelettes contaminées émises lorsqu'une personne infectée parle, tousse ou éternue.

Bien se protéger, c'est aussi bien protéger les autres.



Québec.ca/coronavirus

1 877 644-4545

Votre gouvernement

Québec

Institut d'enseignement de Sept-Îles

Une pratique de confinement à l'horaire!

Les élèves de l'Institut d'enseignement de Sept-Îles (IESI) seront en confinement ce jeudi 15 octobre. Rassurez-vous, il n'y a pas de cas de COVID-19 annoncé à l'école privée de l'avenue Gamache. Elle veut seulement se préparer advenant un confinement de la part du ministère de l'Éducation et de la Santé publique, mais également pour voir où des problématiques pourraient se pointer.



Il n'y aura pas d'élèves à l'Institut d'enseignement de Sept-Îles le 15 octobre. Et ce n'est pas un congé pédagogique. Il y aura une pratique de confinement. Les jeunes auront cinq cours de 45 minutes en étant à la maison.



Sylvain Turcotte
s.turcotte@lenord-cotier.com

Confinement ne voudra pas dire congé! Les élèves, de la maison, auront cinq périodes de cours de 45 minutes en enseignement à distance, au lieu des 70 minutes habituelles. Les enseignants seront dans leur local de l'IESI pour leur transmettre la matière. Un appel massif sera fait par le personnel pour les élèves qui ne seront pas connectés.

Cette pratique de confinement, qui trottait dans la tête du directeur de l'IESI depuis quelque temps, a été faite dans d'autres établissements d'enseignement ailleurs au Québec.

« L'objectif premier est de voir où seront nos difficultés s'il y a un réel confinement », indique Mathieu Brien. « Nos élèves ont chacun des iPad et des plans d'apprentissage. Il faudra adapter les évaluations et voir comment sera leur routine. Ils ont été arrêtés six mois, ils sont désorganisés. Après un mois de retour en classe, ils commencent à reprendre le rythme ».

Les méthodes d'apprentissage en place à l'école privée de Sept-Îles facilitent cette pratique de confinement du 15 octobre. « C'est un gros virage qui apporte beaucoup de positif sur le long terme pour le développement de l'autonomie des élèves et de leurs compétences, et non seulement que pour leurs connaissances », ajoute M. Brien, qui dit consacrer 80 % de son temps à gérer la situation COVID. »

Le personnel et la direction ont choisi le jeudi puisqu'il y a peu de groupes en cours à option lors de cette journée.

Bulletin reporté

Sur une tout autre note, Mathieu Brien se réjouit de l'annonce du ministère de l'Éducation de jeudi dernier, concernant le report du premier bulletin scolaire de l'année. À l'IESI, la fin de la première étape était prévue le 6 novembre. Elle se fera le 22 janvier 2021.

« De mon côté, ça apporte une grande diminution de stress pour les enseignants et pour les élèves. Avec tous les changements liés à la COVID et aux absences (symptômes apparents), il est plus difficile d'avoir un bon suivi. Les enseignants auront donc une meilleure idée, un meilleur portrait, pour l'évaluation des élèves ».

lenord-cotier.com





Hélène Bouchard ou la passion des Haïkus

Hélène Bouchard est Septilienne et passionnée de haïkus. On vient de lui demander d'en écrire trois pour décrire l'auteure québécoise d'origine vietnamienne Kim Thuy pour la définir au début de l'émission Pour emporter.

Laurence Dupin



Hélène Bouchard sur le pont du Jardin japonais au Jardin du Ruisseau bois Joli. Photo : Katia Bussière

Kim Thuy et Hélène Bouchard se sont rencontrées au Salon du livre de la Côte-Nord en 2012. Elles ont alors échangé leurs livres. Depuis Kim Thuy ne cesse de faire référence aux Petits fruits nordiques d'Hélène Bouchard. Elle a découvert les haïkus lors de ce salon et cela semble avoir eu de l'écho chez elle.

C'est donc tout naturellement que les responsables de l'émission sont entrés en contact avec elle pour lui demander de rédiger trois haïkus en une semaine pour définir.

« Cela n'a pas été facile. Il y a eu quelques nuits d'insomnie, car normalement le haïku saisit l'instant présent. J'ai donc réfléchi à ce que l'on voit lorsque l'on regarde Kim Thuy. La facilité de contact, son origine, le fait qu'elle est une porte-parole du Québec… », confie Hélène Bouchard.

Un haïku, c'est quoi ?

C'est un petit poème d'origine japonaise qui saisit un instant, au présent, dans l'ici et maintenant.

Il rapporte habituellement un fait, un événement en particulier. « C'est simplement ce qui arrive en tel lieu, à tel moment. » Bashô.

Cet événement a un rapport avec la nature, les saisons ou la vie quotidienne des gens.

Le haïku est concret et non abstrait. À la limite, il pourrait être remplacé par une photographie. C'est un art réaliste.

Il est disposé sur trois lignes et contient environ 17 syllabes, réparties souvent ainsi (5/7/5), ou suivant un rythme court, long, court. Il ne contient ni titre, ni rimes, ni figures de style.

Il ne donne pas d'opinion et ne nomme pas les sentiments même s'il les laisse deviner.

Malgré sa simplicité et sa brièveté, on peut imaginer et ressentir beaucoup de choses à la lecture d'un haïku. C'est le pouvoir évocateur du haïku.

Ce n'est pas juste un poème, c'est une façon de voir la vie qui amène à s'arrêter, à apprécier l'instant présent, à s'étonner du quotidien.

Une véritable inspiration

Hélène Bouchard a découvert les haïkus en 2000 lors des ateliers d'écriture proposés par Francine Chicoine de Baie-Comeau. Cette dernière a d'ailleurs organisé pendant dix ans des camps littéraires sur les haïkus avec des personnes venant d'un peu partout.

« Au début cela n'est pas évident d'en écrire, de concentrer sa pensée sur trois lignes. Avec le temps, on finit par maîtriser la technique et on trouve le côté évocateur qui permet de transmettre sa pensée, ses émotions aux lecteurs », confie Hélène Bouchard.

Au début, elle écrivait juste pour le plaisir puis Francine Chicoine lui a donné l'occasion de participer à des collectifs. « Puis j'ai volé de mes propres ailes », précise-t-elle. Elle a aujourd'hui plusieurs livres à son actif comme Percées de soleil en 2008, Petits fruits nordiques en 2011 et Fenêtre sur le large en 2014, publiés aux éditions David. Ce dernier est un recueil d'haïbun, c'est-à-dire de prose entrecoupée d'haïkus.

Elle a obtenu deux mentions honorables dans le cadre du concours annuel du magazine japonais Mainichi. En 2009, elle a initié le groupe Haïku de Sept-Îles.

« J'écris un peu tous les jours suivants mon inspiration. C'est ma discipline matinale. La mer est mon sujet d'inspiration principal. Sur ma page Facebook j'associe haïkus et photos. Et lorsque je fais mon jogging (quasiment tous les jours), cela crée un effet d'apaisement. Les mots s'alignent au rythme de ma course », confie Hélène Bouchard.

En ce qui concerne ses projets actuels, un nouveau livre doit sortir sans doute en 2021 intitulé Retenir la lumière. « Mais avec la pandémie, on ne sait pas trop. Tout est décalé », précise-t-elle. Elle a aussi pour projet d'aller visiter le Japon où elle n'est jamais allée, mais rien n'est encore précis surtout vu la situation actuelle.

Trois haïkus sur Kim Thuy

dans ses livres
tant de vies réfugiées
enfant de l'exil

ses récits voyagent
d'un pays à l'autre
une langue sans frontières

bouquet de lumière
entre fleur de lotus et fleur de lys
son rire contagieux

Hélène Bouchard, 1er juin 2020

Deuxième cycle de financement du gouvernement

Depuis le 5 octobre, le gouvernement du Canada verse les sommes restantes provenant du Fonds d'urgence pour l'appui communautaire (FUAC) de 350 millions de dollars via les Centraide United Way Canada (CUWC), les Fondations communautaires du Canada (FCC) et la Croix-Rouge canadienne (CRC).

Laurence Dupin

Les deux Centraide de la Côte-Nord reçoivent ainsi plus de 90 000 $ qui vont servir à aider les communautés à poursuivre le soutien aux personnes vulnérables et ainsi de faire face aux conséquences de la pandémie.

Les demandeurs peuvent commencer à soumettre leurs demandes dès maintenant. La fin de l'appel de proposition est fixée au 30 octobre. Les formulaires de demande sont accessibles via les sites internet des deux Centraide.

« Ce fonds, c'est de l'oxygène pour nos organismes communautaires si essentiels au bien-être de toute la population », indique la députée de Manicouagan, Marilène Gill.

Pour rappel, grâce aux fonds amassés combinés de la dernière campagne de Centraide Duplessis et de ses fonds d'urgence pour l'appui communautaire, en 2020, ce sont 32 organismes et 47 projets de la région qui ont été soutenus à ce jour.

Les Fonds précédents ont été redistribués aux organismes qui en ont besoin plus que jamais aujourd'hui. 186 000 $ venaient du Fonds d'urgence pour l'appui communautaire et 31 932 $ du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés. Dix-neuf organismes et projet ont été financés.



Joannie Francœur, directrice de Centraide Duplessis.

Les anges de la rentrée atteignent leur objectif

Les demoiselles de Sept-Îles du Club Richelieu féminin ont atteint leur objectif de 5 000 $ dans le cadre de leur première campagne Les anges de la rentrée. Ce résultat a été possible grâce à la participation de la Compagnie minière Rio Tinto IOC qui a offert un don de 2 000 $.

Avec les sommes amassées, Les demoiselles de Sept-Îles ont équipé 28 enfants pour le début de l'année scolaire 2020. L'argent restant a été partagé entre le Centre d'amitié autochtone de Sept-Iles (CAASI) et l'Envol – Maison de la famille. Les deux organismes pourront l'utiliser afin d'aider les enfants et leurs parents avec les dépenses scolaires au cours de la prochaine année.

« Nous sommes très heureuses de compter sur le soutien de la Compagnie minière Rio Tinto IOC. Il s'agit d'un leader caritatif de notre communauté et l'entreprise n'a pas hésité à soutenir notre cause », souligne la présidente du club, M^me^ Jessica Bélisle.



Les grandes oubliées des plans d'aide gouvernementaux

En raison de la situation sanitaire, les voyages sont annulés. L'industrie touristique dans son ensemble souffre et les agences de voyages en font partie puisque l'incertitude sur l'avenir demeure.

Laurence Dupin



Nadia Bélanger et Jacinthe Landry de l'agence Club Voyage Côte-Nord.

Zones rouges, frontières fermées, incertitude sur le futur de la pandémie… autant de coups durs pour les agences de voyages. Club voyages Côte-Nord ne fait pas exception à la règle. Au lieu des six employées habituelles, elles ne sont plus que deux, Jacinthe Landry et Nadia Bélanger, copropriétaires et conseillères. Elles peuvent travailler grâce à la subvention salariale mise en place par le gouvernement et qui doit durer jusqu'en décembre.

Elles ont dû gérer à deux les dossiers d'annulation de l'ensemble des six employées.

« Heureusement, nous avons eu accès à nos locaux même pendant la fermeture du centre et nous ne remercierons jamais assez les Galeries Montagnaises pour ça », confie Nadia Bélanger.

« Ici nous avons deux volets, la partie voyage et la partie commerciale, c'est-à-dire les voyages d'affaires. Ce dernier avait repris, il y avait un semblant de normalité, mais avec l'instauration des zones rouges, tout s'est beaucoup ralenti depuis une semaine, car les gens travaillent beaucoup en télétravail », précisent-elles.

Elles citent comme exemple le gouvernement de Québec dont des membres devaient se rendre en Basse-Côte-Nord. « Mais tout est annulé, car ils protègent les zones où il n'y a pas de cas. »

Un changement dans les assurances

Certaines personnes voyagent tout de même au-delà des frontières, mais elles n'ont aucune assurance que leur vol soit maintenu et elles sont peu nombreuses. « Des assurances ont été mises en place si vous attrapez la COVID à destination, mais si le vol est annulé en raison de la COVID, il n'y a pas d'assurance. Il y a tellement d'incertitudes que nous ne sommes pas très à l'aise de faire des ventes. »

L'industrie touristique dans son ensemble est impactée par cette crise, mais « nous sommes les grands oubliés des aides gouvernementales. Ils aident les restaurateurs, les bars… mais nous, pour l'instant, nous ne sommes pas concernés ».

Malgré tout, quelques dossiers de voyage sont en cours. « Ce sont des personnes qui ont eu des crédits de voyage suite à des annulations du printemps qui reprogramment pour le printemps prochain et souvent pour une durée plus longue puisqu'une partie est déjà payée grâce au crédit voyage », confie Jacinthe Landry. Il faut savoir que si les voyages du printemps 2021 sont à nouveau annulés (ce que personne n'espère), les personnes concernées auront à nouveau droit à un crédit voyage.

« Pour nous, la question est de savoir comment nous allons faire si on utilise tous les crédits voyage et qu'il y a une nouvelle annulation, car nous sommes payés à la commission. Et nous n'en touchons pas dans ce cadre. »

Ces crédits voyage n'ont pas plu forcément à tout le monde, certains auraient souhaité des remboursements. « Mais s'il avait fallu rembourser tout le monde, cela aurait été la fin de l'industrie du voyage, car les opérateurs auraient dû récupérer l'argent auprès des hôtels, des compagnies aériennes… etc. À la place les règles concernant les crédits voyage ont été assouplies, ils sont transférables, ils n'ont pas de date d'expiration, etc. »

Nadia Bélanger conclut : « je suis quand même optimiste, nous nous sommes relevés après 2001. Nous nous relèverons après la COVID-19, j'en suis certaine. »

Des frontières fermées, oui mais…

Les frontières canadiennes sont toujours fermées aux étrangers, mais certaines exceptions existent. Toutes les arrivées de vols internationaux de passagers ont été réorientées vers l'un des quatre aéroports : Calgary, Vancouver, Toronto et Montréal.

Sont autorisés à rentrer sur le territoire canadien, les membres de la famille immédiate d'un citoyen canadien ou d'un résident permanent qui doivent rester pendant 15 jours ou plus et suivre la quarantaine de 14 jours en arrivant. Mais aussi, les membres de la famille élargie d'un citoyen canadien ou d'un résident permanent canadien qui séjournent 15 jours ou plus pour un motif essentiel et qui ont une autorisation écrite d'Immigration, Réfugiées et Citoyenneté Canada (IRCC).

Toutes les catégories doivent avoir prévu un plan de quarantaine. Lorsque vous arrivez au Canada, votre état de santé est évalué au point d'entrée. Si vous êtes un ressortissant étranger et que vous présentez des symptômes de la COVID-19, vous ne serez pas autorisé à entrer au Canada. Le plan doit préciser l'endroit où vous séjournerez; les moyens dont vous vous servirez pour : vous rendre à destination; faire l'épicerie; accéder aux services essentiels et aux soins médicaux.

Ce plan est obligatoire, même si vous n'avez aucun symptôme. Si vous n'avez aucun plan, vous ne devriez pas vous rendre au Canada, car on pourrait alors vous refuser l'entrée. Un agent des services frontaliers déterminera si vous pouvez entrer au Canada.

ÉDITION SPÉCIALE
À LA MAISON!



HUÎTRES
MARITIME

VENDREDI 23 OCTOBRE 2020
Notre rendez-vous annuel autrement!

UNE RÉCOLTE UNIQUE POUR DEUX

> QUATRE DOUZAINE D'HUÎTRES « PURMER »
> MIGNONETTES
> 2 ENTRÉES DE SAUMON FUMÉ
> BOUCHÉES SUCRÉES
> 1 BOUTEILLE DE VIN (ROUGE OU BLANC)
> 2 BIÈRES « POINTE AUX BASQUES »
> 2 TABLIERS
> 2 SERVIETTES
> 2 COUTEAUX

250 $ (Reçu pour fins d'impôt)

Réservez avant le 16 octobre 2020
418 962-4404 | suzanne.cassista@
elymedessables.com

L'ÉLYME DES SABLES
Maison de soins palliatifs de Sept-Îles

PORT SEPT-ÎLES
RICHELIEU INTERNATIONAL CLUB RICHELIEU SEPT-ÎLES

La réconciliation doit passer par des actions

Depuis plus de 25 ans, Maria-Louise Nanipou travaille dans différentes organisations autochtones et allochtones qui offrent des services de soutien et d'accompagnement aux autochtones. Pour elle, les événements entourant la mort de Joyce Echaquan ont sérieusement ébranlé le lien de confiance entre les membres des Premières Nations et les organismes québécois qui offrent des soins.

Vincent Berrouard
Initiative de journalisme local

La problématique entre les peuples autochtones et les organismes publics sont-elles courantes ?

Les propos haineux qu'on entend dans la vidéo de Joyce Echaquan sont quelque chose qu'on connaît. Ce n'est pas une surprise. Plusieurs autochtones ont de la difficulté à être accueillis pour obtenir des services.

Les membres des Premières Nations vont souvent à l'hôpital en dernier recours alors que d'autres actions de prévention auraient pu être faites avant.

L'hôpital n'est pas un lieu pour certains autochtones où ils vont se sentir bien accueillis. Pourtant, il est important de consulter et d'avoir accès à des services de santé, encore plus durant cette période de pandémie.

Quelles sont les solutions pour mieux accueillir les autochtones dans les organismes et les services publics ?

Nous avons besoin de solutions et d'actions concrètes. Il faut trouver une manière pour que les autochtones se sentent bienvenus dans les organisations québécoises et dans les services publics.

Une des solutions serait notamment d'avoir plus d'intervenants autochtones dans les organisations québécoises alors que plusieurs obtiennent leurs diplômes chaque année autant du Cégep de Sept-Îles que du pavillon de l'UQAC.

> « Nous avons besoins de solutions et d'actions concrètes. Il faut trouver une manière pour que les autochtones se sentent bienvenus dans les organisations québécoises et dans les services publics. »
>
> – Maria-Louise Nanipou



Le décès de Joyce Echaquan a causé une vague d'indignation à travers le Québec. Image tirée de Facebook

La présence d'un intervenant autochtone peut aider à créer des ponts entre l'organisme et la personne provenant d'une communauté des Premières Nations.

Pensez-vous qu'une meilleure connaissance des réalités autochtones de la part des Québécois pourrait aider à diminuer la discrimination ?

Il y a une certaine méconnaissance envers les autochtones qui peuvent mener à des préjugés. Il est évident que l'éducation peut être une des solutions.

Un exemple d'actions concrètes serait d'offrir des formations aux personnels hospitaliers pour pallier la méconnaissance de notre culture et contribuer à une meilleure compréhension pour éliminer les préjugés tenaces.

Restez-vous confiante envers le processus de réconciliation entre les autochtones et les non-autochtones ?

À la suite du décès de Joyce Echaquan, le lien de confiance qui pouvait exister a été très sérieusement affecté. Il a des relations à bâtir entre les Nations.

S'il y a réconciliation, elle ne doit pas seulement être basée sur une meilleure connaissance entre les peuples. À nouveau, je le dis, il faut des gestes concrets. La réconciliation doit passer par des actions et des solutions.

VOUS PENSEZ ALUMINIUM? PENSEZ ALTECH SEPT-ÎLES!

ALTECH 7-ÎLES INC.
les spécialistes de l'aluminium
418 962-1556

CWB
certificationcwb
CSA W47.2

BIENVENUE À NOTRE NOUVEAU MEMBRE DE L'ÉQUIPE

Notre mission :

Concevoir et fabriquer, par des spécialistes, des produits mécano-soudés en aluminium sur mesure, pour une clientèle qui recherche les avantages de ce métal de l'avenir.

Tous vos types de projets sont les bienvenus, nous desservons autant les particuliers que les entreprises.

Faites affaires avec nous pour tous vos besoins en produits d'aluminium.



Patrick Tremblay
Dessinateur industriel
Chargé de projet
Représentant



Stéphane Bergeron
Associé-propriétaire



Isabelle Tremblay
Associée
Comptable

NOTRE ÉQUIPE POUR VOUS SERVIR



Sébastien Labrie
Associé
Soudeur-assembleur



Yannick Rioux
Associé
Soudeur-assembleur
Responsable de l'atelier



Karl McDonald
Associé
Soudeur-assembleur
Superviseur soudage



Nicolas Rowsell Paquet
Soudeur-assembleur

555, boulevard Laure Est • Sept-Îles
tél. : 418 962-1556 | 418 961-9366
altech2008@hotmail.com

Campagne « Tous dans le même bateau ».

L'industrie maritime veut se faire entendre

La Société de développement économique du Saint-Laurent (Sodes) a lancé la campagne « Tous dans le même bateau ». Une initiative qui a pour objectif de sensibiliser la population à l'importance économique, sociale et environnementale de l'industrie maritime.

Vincent Berrouard
Initiative de journalisme local



La Société de développement économique du Saint-Laurent lance la campagne « Tous dans le même bateau ».

La campagne « Tous dans le même bateau » souhaite mettre de l'avant l'importance économique de l'industrie maritime, notamment sur la Côte-Nord où elle compte près de 200 emplois.

Mathieu St-Pierre, président-directeur général de la Sodes explique : « L'industrie maritime québécoise est au cœur de notre quotidien. Environ 80 % des biens de consommation utilisés par les Québécois sont livrés par navire ». Par exemple, il y a 29 millions de tonnes de marchandises qui sont transbordées annuellement au port de Sept-Îles.

L'industrie maritime est vitale pour une région comme la Côte-Nord selon M. St-Pierre en raison notamment de la présence de grandes entreprises comme les minières qui ont besoin de transport maritime pour faire transiter le minerai.

La campagne « Tous dans le même bateau » sera présente sur plusieurs types de plates-formes que ce soit les médias sociaux, à la radio ou dans les journaux.

Relance économique

La crise la COVID-19 aura montré toute l'importance de l'industrie maritime dans le maintien des chaînes d'approvisionnement avec la fermeture des frontières selon la Sodes.

« Malgré le lien intime qui unit le développement économique du Québec à celui de l'industrie maritime, son apport demeure sous-estimé. Et pourtant ! Sans le corridor du Saint-Laurent, les habitudes de consommation seraient chambolées, la sécurité nationale compromise et la survie de milliers d'entreprises dépendantes de l'importation et de l'exportation en jeu. Plus que jamais, cette industrie, qui carbure à l'innovation, présente des perspectives favorables et insoupçonnées », affirme Mathieu St-Pierre

Pour la Sodes, l'industrie maritime doit être une pièce maîtresse des stratégies de relance économique des gouvernements.

Lutte contre les changements climatiques

Il est important que les gouvernements développent et entretiennent des infrastructures reliées à l'industrie maritime. Le président-directeur général de la Sodes donne en exemple les zones industrialo-portuaires qui sont essentielles dans le domaine de l'exportation.

Un autre argument pour favoriser l'industrie maritime en ce moment est l'impact environnemental qu'elle a. Selon M. St-Pierre, le transport maritime doit être valorisé alors que nous sommes en contexte de lutte face aux changements climatiques. Il ajoute qu'un navire peut transporter autant de marchandise que 301 wagons de train ou 963 camions.

> « L'industrie maritime québécoise est au cœur de notre quotidien. Environ 80 % des biens de consommation utilisée par les Québécois sont livrés par navire. »
>
> – Mathieu St-Pierre

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien

719, Laure, Sept-Îles (QC) G4R 1Y2
Téléphone : 418 960-2090 | Télécopieur : 418 968-3129
www.lenord-cotier.com | journal@lenord-cotier.com

FONDATEUR
Gino Lévesque

ÉDITRICE
Karine Therrien

CONSEILLÈRES VENTES ET MARKETING
Sylvie Gagné
Nathalie Simard
Marie-Pierre Renaud

COORDONNATRICE À LA MAQUETTE
Nathalie Vigeant

DIRECTRICE DE L'INFORMATION
Laurence Dupin

JOURNALISTES
Sylvain Turcotte
Vincent Rioux-Berrouard

RESPONSABLE DE LA DISTRIBUTION
Anny Hamilton

COORDONNATRICE WEB/DÉVELOPPEMENT NUMÉRIQUE
Sarah-Kim Lajoie

IMPRESSION/TIRAGE
Québecor Média
18 925 exemplaires

ÉDITIONS NORDIQUES
770, de Bretagne, Baie-Comeau, G5C 1X5
Téléphone : 418 589-9990
Télécopieur : 418 589-1211

PRÉSIDENT
Simon Brisson

VICE-PRÉSIDENTE FINANCES ET ADMINISTRATION
Caroline Gagnon

COMMIS À LA FACTURATION
Claudie Julien
Valérie Normand

La distribution de votre journal implique une logistique importante. Beau temps mauvais temps, les camelots de notre réseau sont à pied d'œuvre à chaque semaine afin de faire la livraison dans les meilleurs délais. Merci de respecter leur travail en faisant preuve de compréhension à leur égard.

Journal hebdomadaire indépendant membre de hebdos QUÉBEC

RÉSEAU SÉLECT

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

Un salon de l'emploi virtuel pour la Côte-Nord



Les Chambres de commerce et d'industrie de Manicouagan et de Sept-Îles s'unissent et annoncent la tenue de la 1re édition du Salon de l'emploi virtuel de la Côte-Nord, pour les entreprises des MRC de Manicouagan et des Sept-Rivières. Il se tiendra du 2 au 6 novembre.

Laurence Dupin

Il a fallu s'adapter au contexte de la Covid-19 et trouver des alternatives pour soutenir les entreprises dans le recrutement de leur main-d'œuvre. Le Salon de l'emploi virtuel sera ainsi accessible à l'ensemble des régions du Québec, et ce, dans le but de permettre aux employeurs de pourvoir leurs postes vacants.

« La rareté de main-d'œuvre se fait sentir dans tous les secteurs d'emploi et nous devons agir dès maintenant. Les possibilités d'emploi sont de plus en plus nombreuses pour les chercheurs et chercheuses d'emploi et les difficultés de recrutement sont de plus en plus présentes pour les entreprises d'ici », explique Mme Myreille Lalancette, directrice générale de la Chambre de commerce et d'industrie de Manicouagan.

Le Salon de l'emploi virtuel, bien plus qu'un choix sécuritaire

« Pour les employeurs, le Salon de l'emploi virtuel offre une plateforme interactive qui regroupe les avantages d'un salon de recrutement conventionnel tout en permettant d'optimiser un temps précieux et d'économiser sur les moyens dédiés à la recherche des candidats et des candidates. Tout a été pensé pour faciliter la vie des entreprises dans le Salon de l'emploi virtuel », précisent les chambres de commerce par voie de communiqué.

« Nous abolissons les limites géographiques pour le recrutement hors région avec ce salon virtuel. Certaines personnes ne se déplacent pas nécessairement dans un salon de l'emploi, mais elles peuvent quand même être intéressées par des postes que les entreprises offrent. Grâce à cette première rencontre virtuelle, ça facilite les choses », souligne Mme Jessica Bélisle, directrice générale de la Chambre de commerce de Sept-Îles.

Il suffira aux chercheurs et chercheuses d'emploi de créer leur profil. Ils auront ensuite accès aux emplois disponibles par le biais de mots-clés, par type de postes ou encore en consultant la page des entreprises.

Une ressource pour les étudiants autochtones

(VB) Depuis plusieurs années maintenant, le Cégep de Sept-Îles travaille activement à permettre une plus grande accessibilité des populations autochtones aux études supérieures.

Cette tradition se poursuit alors que Marie-Marthe Malec occupe le nouveau poste de conseillère pédagogique et de navigatrice des services auprès des étudiants des Premières Nations. Celle qui possède 30 ans d'expérience en éducation dans les communautés aura de nombreuses tâches à accomplir.

L'un de ses principaux rôles sera notamment d'orienter les étudiants autochtones vers les bonnes ressources. Selon Marie-Ève Vaillancourt, directrice des études au Cégep, l'un des avantages de Mme Malec est qu'elle sera en mesure de parler la même langue que les étudiants autochtones.

« On pense qu'il sera beaucoup plus facile pour certains de parler avec quelqu'un comme Marie-Marthe Malec qui comprend parfaitement leur réalité », affirme Mme Vaillancourt

Mme Malec collaborera au développement de pratiques pédagogiques culturellement adaptées et sécurisantes pour la population étudiante du Cégep.

Selon Marie-Ève Vaillancourt, Marie-Claude Malec est capable d'établir un lien de confiance avec les étudiants et on constate déjà des effets positifs du travail qu'elle effectue depuis le mois d'août.

Le Cégep essaie de mettre en place plusieurs services qui prennent en compte les réalités des étudiants autochtones, mais malgré cela, les services étaient peu utilisés. Ainsi, le Cégep a adapté certains cours comme ceux de philosophie par exemple pour être certain que ceux-ci prennent en compte les réalités innues.

Initiative de journalisme local

TIRAGE
le 20 octobre 2020
Règlements du concours chez les marchands participants.

sports experts
770, BOUL. LAURE
418 962-7424

Paradis de l'Auto
Esthétique automobile
BIO-PROGARD · PPF TAPE · OPTI-COAT
CENTRE ANTIROUILLE PROLAB
490, avenue Otis
418 968-1940

SEPT-ÎLES
lauremat
824, boulevard Laure | 968-1555

CHEZ Arthur
#1
À 30 30 ÇA RENTRE LES COMMANDES!
700, boulevard Laure, Sept-Îles
418 962-3030

Vous recherchez une batterie?
Venez rencontrer nos experts!
BATTERIES Expert
535, avenue Québec
418 968-0035

BOUTIQUE Matt & Stef
459, rue Brochu à Sept-Îles • 418 962-1493
(À l'intérieur de la mercerie Armand Charette)

OK PNEUS
ET ENTRETIEN AUTOMOBILE
MÉCANOS EXPERTS
Toujours la bonne conduite
111, rue Maltais • Sept-Iles • 418 962-9680

Fumeur en Nord
Sept-Îles
DE LA MER À LA TERRE, APPORTEZ LA CÔTE-NORD À VOTRE TABLE!
493 A, avenue Brochu
418 960-1350
www.facebook.com/FumeurEnNord

restaurant L'oriental du Nord
LIVRAISON ET COMMANDES POUR EMPORTER
1006, boulevard Laure
418 968-6080

TABAGIE GAMACHE
DEPUIS 1961
392, avenue Gamache, Sept-Îles
418 962-6441
Suivez nous sur
-Microbrasserie - Boutique cadeaux - Prêt à manger
LIVRAISON À DOMICILE

CONCOURS ACHAT LOCAL

PLUS QUE JAMAIS,

L'ACHAT LOCAL,

C'EST VITAL!

Magasinez chez ces marchands

ET COUREZ LA CHANCE de vous partager

1 100 $ en chèques-cadeaux!

1 bon de 500 $, 2 bons de 250 $ et 1 bon de 100 $

Ouellet & Duret
CLINIQUE DENTAIRE
128, Régnault, suite 202, Sept-Îles
418 968-9777
rendezvous@sourireeclatant.com

881, boul. Laure • Sept-Îles
418 960-5552
www.zoneveloski.com

LA CAGE
BRASSERIE SPORTIVE
770, boul. Laure • **418 962-2243**

POISSONNERIE FORTIER
L'authentique
Succulents pétoncles de la Minganie disponibles à la poissonnerie, passez nous voir!
1, rue Père Divet, Sept-Îles • 418 962-9187

NOUVEAUTÉS EN BOUTIQUE
AU PETIT Chaperon Rouge
770, boul. Laure, local 510
418 961-2915

FAMILIAL 4 MD
POUR 4 PERSONNES
À partir de 31,95$
Coca-Cola 2 L GRATUIT
St-Hubert
1005, boulevard Laure, Sept-Îles • 418 968-9191

Lajoie Réfrigération inc.
RBQ 1199-7111-09
Bonne chance à tous!
157, rue Père Divet, Sept-Îles
418 962-5673

PETRO-CANADA STATION INNU
LIVRAISON RAPIDE
Paiement Interac à la livraison
Épicerie • Dépanneur
418 968-4866

De tout pour vos animaux de compagnie!
Produits de qualité!
LA GRIFFE / SANTÉ
128, Régnault
418 968-6164
Carte fidélité disponible

PROnature
PLEIN AIR • CHASSE • PÊCHE
1440, boul. Laure • 418 962-0308

TABAGIE KAMAMUKAN
Galeries Montagnaise • 418 968-1482

point S
Service du pneu PJL inc.
Le leader du marché du pneu à Sept-Îles
DU SERVICE ON VOUS EN DONNE
354, boulevard Laure, Sept-Îles
418 962-3845

ÉCOLE DE CONDUITE TECNIC
GRAND FORMATEUR DE CONDUCTEURS
Cours pratique du lundi au samedi
Début des prochains cours : 19 octobre
Réservez votre place dès maintenant!
690, boul. Laure, bur. 208
418 962-9695
Sept-Îles@tecnic.ca

SERVICE AUTO ÉLECTRIQUE DUCASSE & FILS LTÉE
SERVICE AUTO ÉLECTRIQUE
MÉCANIQUE GÉNÉRALE
• Vente et pose de pneus
• Système de diagnostic
534, Perreault • Sept-Îles
418 962-3636

BOUTIQUE Art Déco
Matériel d'artiste/Encadrements/Cadeaux
Dépositaire
Savonnerie Histoire de Bulles
www.boutiqueartdeco.ca
maisondesarts@cgocable.ca
848, boulevard Laure, Sept-Îles
418 960-2127

RESTAURANT COMPTOIR 5-60
• **Déjeuners** à partir de 4 h (servis toute la journée)
• **Menu du jour** le midi
160, Napoléon • 418 968-5661

Provigo
Stéphane Thivierge
649 boul. Laure – suite 100, Sept-Îles G4R 1X8
optimum
418 962-2240

l'Ambiance resto-bar
Horaire :
lundi et samedi : 15 h à 21 h
mercredi à vendredi : 11 h à 21 h
Menu du jour
Commandes pour apporter :
418 961-4111

EOCN
Équipement et Outillage Côte-Nord
Location - Vente - Service
Équipement et outils industriels
Jeremy Cormier, Propriétaire
WACKER NEUSON
NOUS SOMMES DÉMÉNAGÉS
425, avenue Québec, Sept-Îles
418 962-4499

BESTBUY AUTO PARTS
PIÈCES D'AUTO
Pièces d'autos SEPT-ÎLES INC.
Peinture - Équipement
- Outillage - Pièces d'entretien
360, Gamache • Sept-Îles
Téléphone : 418 962-3836
Sans frais : 1 888 648-AUTO (2886)
Visitez-nous au : www.pieces7iles.com

« Ce n'est pas parce qu'on voit plus d'ours qu'il y a plus d'ours »

Depuis l'été, il ne se passe pratiquement pas une semaine sans que des histoires d'observation d'ours dans la région soient partagées sur les réseaux sociaux. Serait-ce que les populations d'ours sont en recrudescence ? Il semble bien que non, même s'il s'agit d'une année record au chapitre des signalements.

Charlotte Paquet

« Ce n'est pas parce qu'on voit plus d'ours qu'il y a plus d'ours », précise Catherine Thibeault, responsable des communications au ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs (MFFP).

Mais c'est un fait que les ours sont beaucoup plus présents qu'à l'habitude en zone urbaine. Diverses hypothèses peuvent expliquer le nombre plus élevé d'incursions de l'animal dans les municipalités. Depuis le début de la pandémie, les gens sont davantage à la maison ou au chalet, ce qui peut générer davantage d'observations.



Un ourson a été aperçu sur les terrains résidentiels à Portneuf-sur-Mer la semaine dernière. Courtoisie

La sécheresse qui a marqué le printemps et le début de l'été peut aussi avoir affecté à la baisse la production des petits fruits, ce qui oblige les ours à trouver des alternatives pour se nourrir.

« C'est sûr que les gens peuvent faire quelque chose de leur côté pour essayer de réduire les risques, c'est d'éviter de les nourrir volontairement ou involontairement », souligne Mme Thibeault. À titre d'exemple, elle parle de l'importance de ramasser les fruits des arbres fruitiers qui sont tombés au sol.

Principalement omnivores, les ours attaquent rarement les humains et ont plutôt tendance à les éviter. « Un ours n'a plus peur des humains s'il a été nourri. Il devient dangereux pour l'humain et pour lui-même. »

État des populations

Même si le ministère ne possède pas d'inventaires sur l'état des populations d'ours sur la Côte-Nord ces dernières années, il n'en reste pas moins que l'analyse de diverses variables et les captures lui permettent d'avoir une bonne idée, selon sa porte-parole.

Ainsi, dans la zone 18, sois la portion du territoire qui se trouve en bas du 50e parallèle, on estime le nombre d'ours à 2000, indique la porte-parole du MFFP.

Dans la zone 19, au-dessus du 50e parallèle, la population d'ours atteindrait les 5 000.

Enfin, les gens qui observent la présence d'ours en milieu urbain sont invités à faire un signalement auprès de SOS Braconnage par téléphone au 1 800 463-2191, par courriel à centralsos@mffp.gouv.qc.ca ou sur le site web du MFFP.

LA GRIPPE POURRAIT VOUS FRAGILISER.

FAITES-VOUS VACCINER SI VOUS VIVEZ AVEC LE DIABÈTE, UN SYSTÈME IMMUNITAIRE AFFAIBLI, UNE MALADIE DU CŒUR OU DES REINS.

Vaccination sur rendez-vous seulement : 1 844 407-0967 (lundi au vendredi de 8 h à 19 h)

Le vaccin est gratuit pour les clientèles suivantes :

- les personnes âgées de 75 ans et plus;
- les personnes âgées de 6 mois et plus atteintes de maladies chroniques;
- les femmes enceintes atteintes de certaines maladies chroniques, durant toute leur grossesse, et les femmes enceintes en bonne santé, durant les 2e et 3e trimestres de leur grossesse;
- les aidants naturels et les personnes résidant sous le même toit que celles qui ont plus de risques de présenter des complications et les personnes résidant sous le même toit que les enfants de moins de 6 mois;
- les résidents de tout âge des centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ainsi que des ressources intermédiaires;
- les travailleurs de la santé.

Pour les autres clientèles, le vaccin est offert au coût de 20 $ (prévoir de l'argent comptant).

APPORTEZ VOTRE CARTE D'HÔPITAL
VOUS ÊTES INVITÉS À PORTER UN CHANDAIL À MANCHES COURTES

Vaccination sur rendez-vous seulement : 1 844 407-0967
Sept-Îles : *Carrefour La Baie (porte côté stationnement) au 391, rue Brochu (salle de réception)* *2 au 6 novembre, 9 au 14 novembre, 16, 17, 18, 19 et 20 novembre.*
Port-Cartier : *Installation de Port-Cartier au 3, rue de Shelter Bay* *2, 3, 6, 8, 10, 11, 13, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 24, 25, 26, 30 novembre et 1er, 3, 8, 10, 15, 17 décembre*
Pentecôte : *Salle de l'Âge d'Or au 4351, rue des Pionniers* *5 novembre*
Gallix : *Centre communautaire au 524, rue Lapierre* *12 novembre*

Votre gouvernement

Québec

S'unir
pour un avenir plus rose



Octobre,
Mois de la sensibilisation
au cancer du sein

DE TOUT POUR VOUS AIDER dans vos travaux :

Ciseau électrique ou motorisé, nacelle électrique ou motorisée, chariot télescopique, chariot pneumatique, mini-chargeur sur roues, ainsi que diverses attaches pour les équipements.

Votre référence pour la location 24/24

Zoom LOCATION INC.

418 766-0666 418 968-0666

PORT-CARTIER & SEPT-ÎLES | patrick@zoomlocation.ca

2 types de tumeurs cancéreuses du sein

Également appelées tumeurs malignes, les tumeurs cancéreuses du sein peuvent envahir et détruire les tissus voisins, ou encore se propager à d'autres parties du corps, ce qu'on appelle les métastases. Voici deux types de tumeurs parmi les plus fréquents et leurs principales caractéristiques.

1. CARCINOME CANALAIRE

Prenant naissance dans les canaux mammaires — à l'intérieur des cellules glandulaires —, le carcinome canalaire se divise en deux catégories : non infiltrant (in situ), ce qui signifie que les cellules cancéreuses ne se trouvent que dans le revêtement du canal, ou infiltrant, c'est-à-dire qui traverse les parois pour envahir les tissus voisins. Le carcinome canalaire infiltrant est le type de cancer le plus commun et représente près de 75 % des cancers infiltrants.

2. CARCINOME LOBULAIRE

Ce type de tumeur prend naissance dans les lobules, soit les glandes qui produisent le lait. Comme le carcinome canalaire, le carcinome lobulaire peut être non infiltrant ou infiltrant. Le carcinome lobulaire infiltrant est la deuxième forme de cancer la plus répandue; elle représente près de 10 % des cas infiltrants. Notez qu'une personne affectée par la forme in situ ne développera pas nécessairement un cancer du sein, mais que cela constitue un facteur de risque à ne pas négliger.

Pour en savoir plus : **cancer.ca**.



S'unir pour un avenir plus rose

CANCER DU SEIN

Comment détermine-t-on le plan de traitement ?

Considérant qu'une femme sur huit recevra un diagnostic de cancer du sein au cours de sa vie, il est pertinent de s'informer sur le sujet. Ainsi, si cette épreuve devait vous toucher dans un avenir rapproché, sachez que votre équipe soignante, qui comprendrait de nombreux professionnels (infirmière pivot en oncologie, médecin spécialisé, travailleur social, psychologue, etc.), établirait un plan personnalisé pour vous traiter.



LES TRAITEMENTS POSSIBLES

Les solutions envisagées seraient potentiellement la chirurgie (mastectomie totale ou partielle), la chimiothérapie, la radiothérapie, l'hormonothérapie ou une combinaison de ces techniques — avec ou sans approches complémentaires telles que l'acupuncture et la massothérapie.

LES ÉLÉMENTS À CONSIDÉRER

D'emblée, retenez que la patiente a son mot à dire dans le choix de son traitement. Ainsi, vous pourriez indiquer votre préférence entre différents scénarios. Ceux qui vous seraient proposés tiendraient donc compte, entre autres, de vos craintes et de vos objectifs. Par ailleurs, les membres de votre équipe soignante considéreraient plusieurs éléments pour établir votre plan, dont les suivants :

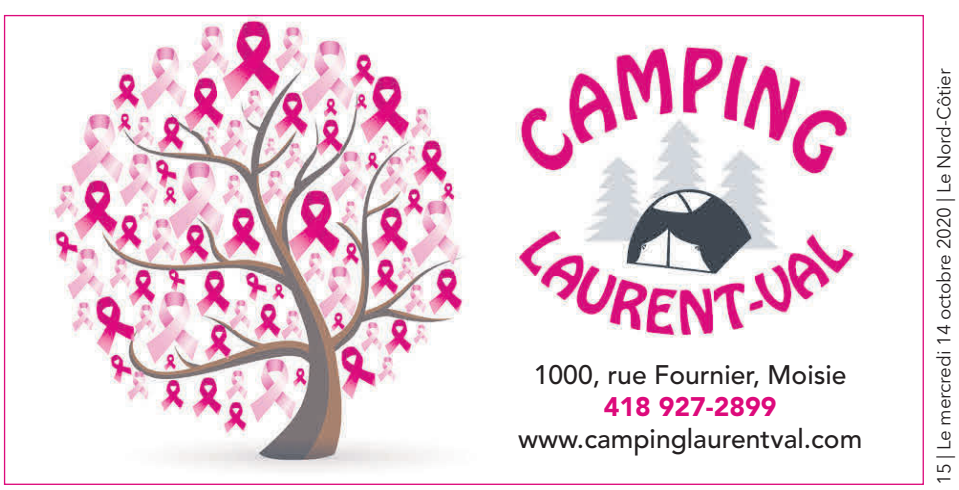
- Le fait que vous soyez ménopausée ou non;
- Le stade de votre cancer;
- Le statut des récepteurs hormonaux;
- Les risques de récidive;
- Votre état de santé général.

Pour plus de renseignements sur les traitements contre le cancer du sein, visitez le **rubanrose.org**.









S'unir pour un avenir plus rose

4 façons de s'impliquer dans la lutte contre le cancer du sein

Selon la Fondation du cancer du sein du Québec, 1 femme sur 8 développera un cancer du sein durant sa vie, et 1 sur 30 en mourra. Du côté des hommes, on estime que plus de 200 Canadiens en recevront cette année un diagnostic et qu'environ 60 y succomberont. En octobre, Mois de la sensibilisation au cancer du sein, unissons nos forces dans la lutte contre cette maladie !

1. FAIRE UN DON
Selon votre budget et vos préférences, vous pouvez faire un don unique ou des dons mensuels à la Fondation du cancer du sein du Québec afin d'appuyer la recherche, notamment;

2. AMASSER DES FONDS
Organisez une activité de collecte de fonds (ex. : souper, défi sportif, défi tête rasée), participez-y ou soutenez une personne ou une équipe qui y prend part en lui versant un montant pour la cause;

3. ACHETER « ROSE »
Magasinez sur la Boutique Rose de la Fondation, qui propose des produits variés (porte-clés, t-shirts, colliers, sacs, etc.), et aidez ainsi cette dernière à remplir sa mission (financement de la recherche, prévention, soutien, etc.);

4. DEVENIR BÉNÉVOLE
Quelles que soient vos compétences (ressources humaines, administration, communication, etc.), si vous souhaitez aider, vous pouvez donner de votre temps de plusieurs manières pour faire avancer la cause.

Pour en savoir plus sur les moyens de contribuer à la lutte contre celui-ci, visitez le **rubanrose.org**.



Mélanie Boulay
NOTAIRE



24, boul. des Iles
bureau 110
Port-Cartier
418 766-2393



RÉSIDENCE DES Bâtisseurs SEPT-ÎLES



470, rue Arnaud | 418 962-1934 | www.batisseurs.ca

SEPT-ILES TOYOTA
225, Laure • 418-962-5531

Venez rencontrer notre nouvelle conseillère aux ventes, Mélandy Cummings



OCTOBRE
ROSE

resto-bar l'Ambiance
600, Cartier, Sept-Îles
418 961-4111

CANCER DU SEIN

Comment prévenir les complications du lymphœdème ?

Lorsque la lymphe est incapable de circuler normalement dans un membre, elle s'accumule dans les tissus mous, ce qui provoque de l'enflure (œdème). Ainsi, les personnes ayant suivi une radiothérapie — ou dont les ganglions lymphatiques de l'aisselle ont été retirés — dans le cadre d'un traitement contre le cancer du sein pourraient voir un lymphœdème apparaître dans leur bras.



SYMPTÔMES

Plusieurs signes peuvent indiquer la présence d'un lymphœdème dans un membre supérieur, notamment :

- Difficulté à plier le coude;
- Durcissement de la peau;
- Enflure du bras (et parfois des doigts);
- Douleur incessante (chaleur ou brûlure);
- Sensation de resserrement de la peau.

COMPLICATIONS

Lorsqu'il est situé dans le bras ou la jambe, un lymphœdème peut entraîner de sévères complications. Non traité, il pourrait mener à une infection bactérienne de la peau ou à une infection des vaisseaux lymphatiques.

PRÉVENTION

Vous souffrez d'un lymphœdème ? En plus de suivre le traitement recommandé par votre équipe soignante (ex. : drainage lymphatique manuel, thérapie décongestive, vêtement de compression), vous devez prendre grand soin de votre peau au quotidien.

Pour prévenir les infections, évitez les activités où vous risquez de subir des éraflures, des piqûres ou des coupures. Puisque la chaleur et le froid aggravent les symptômes, protégez-vous adéquatement contre le soleil, fuyez les saunas et, même si la sensation de brûlure est difficilement supportable, n'appliquez pas de glace directement sur votre peau enflée. Enfin, enduisez votre épiderme de lotion hydratante au moins une fois par jour.

Pour d'autres conseils, rendez-vous sur le site **cancer.ca**.



Anne Migneault et Josée Larouche, copropriétaires

restaurant L'oriental du Nord

Menu du jour : du mardi au vendredi

1006, boulevard Laure • 418 968-6080

France Pelletier,
courtier Immobilier Agréé, DA

Sutton

3, rue des Peupliers, Port-Cartier
Bureau : 418 766-8888
418 968-8887
Fax : 418 766-0123
www.francepelletier.ca



Groupe Olivier,
au cœur de sa communauté

OLIVIER FORD | SEPT-ÎLES

OLIVIER CHRYSLER | SEPT-ÎLES

OLIVIER NISSAN | SEPT-ÎLES

Stadification du cancer du sein : testez vos connaissances

Vous avez certainement déjà entendu parler d'un cancer de tel ou tel stade. Or, savez-vous réellement de quoi il retourne ? Apprenez-en davantage sur la stadification du cancer du sein en essayant de déterminer si les trois énoncés suivants sont vrais ou faux.



1. ON COMPTE 4 STADES DE CANCER DU SEIN

Faux. Le cancer du sein comporte 5 stades, soit de 0 (les cellules cancéreuses ne sont situées que dans le canal ou le lobule où elles sont apparues en premier et n'ont pas envahi le tissu mammaire voisin) à 4 (le cancer a atteint d'autres parties du corps). De façon générale, plus le chiffre est élevé, plus le cancer s'est propagé à des ganglions lymphatiques et à des organes locaux, comme les muscles de la paroi thoracique, ou distants (ex. : foie).

2. LE STADE DU CANCER CHANGE SELON L'ÉVOLUTION DE LA MALADIE

Faux. La stadification correspond à la quantité de cancer présente dans le corps et à l'emplacement de la tumeur au moment du diagnostic initial. Le stade ne change donc pas selon l'évolution du cancer. Ainsi, un cancer de stade 2 demeure un cancer de stade 2 même s'il s'étend par la suite, par exemple.

3. LE STADE DU CANCER PERMET D'ÉTABLIR LE PRONOSTIC

Vrai. On utilise le stade pour prévoir l'évolution de la maladie et les statistiques de survie, puisque les cancers de même stade apparaissant dans la même partie du corps entraînent généralement des pronostics similaires. Le stade permet en outre de déterminer le traitement à administrer et de choisir un essai clinique si un patient souhaite y participer, par exemple.







tatouage du mamelon après un cancer du sein : ce qu'il faut savoir

De nos jours, les femmes ayant eu un cancer du sein et subi une mastectomie peuvent retrouver une poitrine d'apparence plus naturelle grâce à des techniques de reconstruction évoluées. Une de celles qui gagnent en popularité est le tatouage du mamelon. Pour savoir si cette solution pourrait vous convenir, lisez ce qui suit !

CONDITIONS

Les tissus doivent être sains et assez épais pour pouvoir bénéficier d'un tatouage de reconstruction. Les cicatrices, notamment, doivent être stabilisées, c'est-à-dire qu'elles ne doivent présenter aucun signe d'inflammation. Pour cette raison, il faut généralement attendre plusieurs mois, voire un an après une mastectomie avant de songer à y recourir.

PROCESSUS

Se déroulant sous anesthésie locale, cette intervention ne crée aucune nouvelle cicatrice. Pour des résultats exemplaires, le procédé est effectué à l'aide de produits sécuritaires spécialement conçus pour le tatouage du mamelon et de l'aréole. Par ailleurs, comme la peau se régénère, la couleur pâlira probablement au fil des années. Le cas échéant, des retouches s'avéreront nécessaires.

RÉSULTATS

Le tatouage du mamelon constitue la dernière étape d'une reconstruction mammaire. Plusieurs femmes ayant opté pour cette solution ont témoigné qu'elles se sentaient enfin « complètes » et qu'elles avaient davantage l'impression que leur cancer était chose du passé.

Tatouage cosmétique en 3D, dermopigmentation médicale, maquillage permanent… quelle que soit la technique employée, les mamelons créés en trompe-l'œil sont « bluffants » de réalisme !





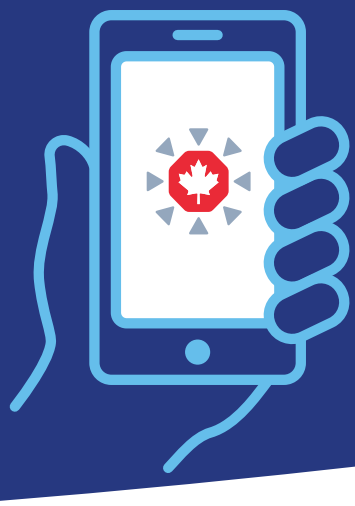






La santé de tous est entre nos mains

Application Alerte COVID



L'application Alerte COVID est un outil complémentaire que vous pouvez utiliser afin de limiter la propagation du virus de la COVID-19. Elle permet de vous avertir si vous avez été en contact avec une personne qui a contracté la COVID-19. Vous recevrez une notification et des recommandations si vous avez été à moins de deux mètres, pendant plus de 15 minutes, de quelqu'un qui s'est déclaré infecté au cours des 14 derniers jours. L'application est gratuite, facilement accessible et sécuritaire en ce qui concerne la protection des données personnelles.

L'application ne remplace pas les mesures sanitaires comme le lavage des mains, le respect de la distanciation ou le port du masque.



Votre gouvernement

Les trois choses qu'Alerte COVID **fait :**

1. Vous envoyer une notification si vous avez été en contact avec quelqu'un qui a reçu un diagnostic positif de COVID-19.
2. Vous diriger vers les informations pertinentes en lien avec ce que vous devez faire après avoir reçu la notification d'exposition.
3. Si vous avez reçu un test positif, informer les autres utilisateurs qu'ils ont côtoyé une personne ayant signalé dans l'application un résultat positif au test de la COVID-19, de manière anonyme et sans partager de renseignements personnels.

Les deux choses qu'Alerte COVID **ne fait pas :**

1. Accéder à vos données personnelles et à des informations relatives à votre santé, les recueillir ou les archiver.
2. Utiliser le GPS de votre appareil et connaître votre emplacement ou toute autre coordonnée personnelle.

L'utilisation d'Alerte COVID est entièrement volontaire. Vous décidez de la télécharger, de l'utiliser ou de la supprimer comme bon vous semble. **Plus les gens seront nombreux à l'utiliser, plus l'application sera efficace pour freiner la transmission.**

Pour télécharger l'application :
Québec.ca/AlerteCovid

Comment fonctionne-t-elle ?

Alerte COVID s'exécute en arrière-plan, dans votre appareil, sans compromettre ni interrompre vos activités. L'application utilise la fonction Bluetooth intégrée à votre téléphone intelligent pour déterminer à quelle distance vous vous trouvez d'autres personnes qui utilisent aussi l'application.

Elle échange des codes aléatoires avec d'autres utilisateurs de l'application situés à proximité, toutes les cinq minutes. Les codes aléatoires ne peuvent pas servir à vous identifier ni à déterminer où vous vous trouvez. Elle conserve les codes sur votre téléphone pendant 14 jours.

Chaque jour, lorsque votre appareil se connecte à Internet, Alerte COVID fait une recherche de correspondance entre vos codes aléatoires et ceux d'autres personnes ayant indiqué dans l'application qu'elles avaient reçu un résultat positif. Même si l'application trouve des codes correspondants, il n'est pas possible de faire le lien avec les individus. **Votre identité demeure confidentielle tout comme celle des autres personnes qui utilisent l'application.**

Si l'application trouve des codes correspondants, cela veut dire que, dans les deux dernières semaines, et ce, pendant plus de 15 minutes, vous avez été à moins de deux mètres d'un autre utilisateur de l'application qui a reçu, depuis, un résultat positif au test et qui a accepté de partager l'information avec les autres utilisateurs. Vous recevez donc une notification d'alerte :

- qui vous indique que vous avez possiblement été en contact avec la COVID-19 ;
- qui vous informe des prochaines étapes à suivre.

Aucun renseignement personnel ni donnée de localisation ne sont partagés. Il est donc impossible de connaître le moment et l'endroit où vous avez été en contact avec la personne infectée.

Comment indiquer dans l'application que vous avez reçu un résultat positif à un test de dépistage ?

Si le résultat de votre test de dépistage est positif et que vous avez reçu un appel des autorités de santé publique, vous pouvez demander une clé à usage unique. Pour ce faire :

- Appelez au numéro de téléphone indiqué dans l'application dès que possible.
- Notez la clé qui vous sera donnée après la vérification de votre identité et de votre résultat de test.
- Entrez la clé dans l'application à l'intérieur d'un délai de 24 heures. Après ce délai, elle expirera.

Si vous choisissez de communiquer votre résultat positif aux autres utilisateurs de l'application, Alerte COVID ne partagera aucun renseignement qui pourrait vous identifier. C'est à vous de décider si vous souhaitez partager ce diagnostic. **Votre anonymat sera toujours préservé.**

Votre vie privée est protégée

Alerte COVID n'utilise pas le GPS de votre appareil et ne connaît ni votre nom, ni votre numéro de téléphone, ni vos coordonnées personnelles, ni aucun autre renseignement sur votre état de santé.

Utiliser l'application Alerte COVID, c'est se protéger tout en protégeant ses proches.

Québec.ca/coronavirus

1 877 644-4545

Québec

Hop la Ville de retour le 17 octobre

Après quelques mois de congé forcé, Hop la Ville est de retour avec une programmation d'activités diversifiée pour la journée du samedi 17 octobre à Sept-Îles.

Vincent Berrouard
Initiative de journalisme local

Parmi les activités offertes aux participants, il y aura des activités de cardio-tabata, d'initiation à la boxe ou au kick-boxing, la classe de danse hip hop, le patinage et les bains libres. Des olympiades familiales sur le thème des saines habitudes alimentaires sont aussi proposées.

Des conférences sur des sujets variés comme sur les mammifères marins, le gaspillage alimentaire et les saines relations amoureuses auront aussi lieu. Pour aider à faire des choix sains, les partenaires « alimentation » offrent rabais et recettes savoureuses à découvrir.

Hop la Ville est un vaste mouvement rassembleur qui veut favoriser les saines habitudes de vie.

Le nombre de places étant limité pour la plupart des activités afin de faciliter la distanciation entre les participants, il est recommandé de s'inscrire à l'avance.

Pour en connaître plus sur les activités, vous pouvez consulter la programmation sur le site de la Ville de Sept-Îles.



Diverses activités auront lieu le 17 octobre dans le cadre du programme Hop la Ville.

MAZDA MOTOR CORPORATION 1920 100 ANS 2020

100e ANNIVERSAIRE DE MAZDA



CX-5 GX 2021
ÉQUIVAUT À 85 $/SEM. PRIX DE DÉTAIL 32 050 $
INCLUT LA TRACTION INTÉGRALE i-ACTIV
À PARTIR DE 370 $‡/MOIS, LOCATION 60 MOIS
ACOMPTE DE 1 385 $, 20 000 KM/AN COMPRIS
(8 ¢/KM EXCÉDENTAIRE)

INSCRIVEZ-VOUS À UNE RENCONTRE INDIVIDUELLE ET SÉCURITAIRE AVEC L'UN DE NOS EXPERTS POUR PROFITER DE NOS OFFRES EXCLUSIVES.
MAZDA100.CA

0,5 % AU FINANCEMENT À L'ACHAT▲
SUR TOUS LES MODÈLES 2021 NEUFS

+

JUSQU'À 1000 $ DE RABAIS ANNIVERSAIRE▼
SUR MODÈLES NEUFS SÉLECTIONNÉS

+

UNE GARANTIE À KILOMÉTRAGE ILLIMITÉ*
DE SÉRIE AVEC TOUS LES NOUVEAUX MODÈLES

ET UN ENGAGEMENT HORS PAIR EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ



MAZDA3 GX 2021
ÉQUIVAUT À 65 $/SEM.
PRIX DE DÉTAIL 22 350 $
À PARTIR DE 283 $**/MOIS
LOCATION 60 MOIS
ACOMPTE DE 1 005 $
20 000 KM/AN COMPRIS
(8 ¢/KM EXCÉDENTAIRE)



CX-9 GS 2021
7 PASSAGERS
ÉQUIVAUT À 108 $/SEM.
PRIX DE DÉTAIL 41 950 $
INCLUT LA TRACTION INTÉGRALE i-ACTIV
À PARTIR DE 470 $‡/MOIS
LOCATION 60 MOIS
ACOMPTE DE 2 125 $
20 000 KM/AN COMPRIS
(12 ¢/KM EXCÉDENTAIRE)



CX-30 GX 2021
LE NOUVEAU
ÉQUIVAUT À 75 $/SEM.
PRIX DE DÉTAIL 28 100 $
INCLUT LA TRACTION INTÉGRALE i-ACTIV
À PARTIR DE 327 $‡/MOIS
LOCATION 60 MOIS
ACOMPTE DE 2 265 $
20 000 KM/AN COMPRIS
(8 ¢/KM EXCÉDENTAIRE)

mazda

Les paiements ne peuvent être hebdomadaires et sont mentionnés à des fins informatives seulement. d'une valeur de 28 100 $/32 050 $/41 950 $, incluant la traction intégrale i-Activ (d'une valeur de 2 000 $/2 000 $/3 300 $), ce qui équivaut à 60 paiements mensuels de **327 $/370 $/470 $**, avec acompte de 2 265 $/1 385 $/2 125 $. Limite de 20 000 km par an. Frais de 0,08 $/0,08 $/0,12 $ par kilomètre excédentaire. **Les paiements ne peuvent être hebdomadaires et sont mentionnés à des fins informatives seulement.** Exemple de financement du modèle CX-5 GX 2021 (NVAL81AA00) au prix de vente de 30 550 $: pour un montant financé de 30 550 $, avec un acompte de 0 $, les mensualités sont de 855,16 $. Les frais de crédit sur une période de 36 mois, de 236 $ et l'obligation totale de financement, de 30 786 $. L'offre de financement inclut la taxe de 100 $ sur le climatiseur (le cas échéant) et les frais de transport et de préparation de 1 950 $. Les taxes et les droits pour les pneus neufs sont en sus et requis au moment de l'achat. ▼ Le rabais anniversaire est valable pour les clients au détail admissibles qui achèteront comptant, font financer ou louent certains modèles Mazda 2019/2020/2021 neufs, non immatriculés, en stock, chez un concessionnaire Mazda autorisé au Canada, entre le 1er octobre et le 2 novembre 2020. Les modèles admissibles et les montants maximums de rabais sont les suivants : 500 $ pour les Mazda3 et Mazda3 Sport 2020/2021, CX-3 GX et GS 2019, CX-3 2020 et 2021, CX-30 2020 et 2021 ; 1 000 $ pour le CX-3 GT 2019, le CX-5 2019 (excluant le modèle diesel), Mazda6 2020/2021, les MX-5 RF 2020, le MX-5 ST 2020, le CX-5 2020/2021, le CX-9 2020/2021 et 2 500 $ pour le CX-5 Signature Diesel 2019. Le rabais sera déduit avant l'application des taxes. Certaines conditions s'appliquent. Visitez votre concessionnaire pour tous les détails. ▲ Pour en savoir plus sur la garantie à kilométrage illimité de Mazda, visitez le site mazdaillimitee.ca. À moins d'avis contraire, ces offres sont valables du 1er octobre au 2 novembre 2020 ou jusqu'à épuisement des stocks. Achat ou location sur approbation du crédit pour les clients admissibles seulement. Les offres peuvent être modifiées sans préavis. **Visitez mazda.ca ou passez chez votre concessionnaire pour connaître tous les détails.**

Louis-Jean Cormier

Une dose d'amour qui se prend plutôt bien!

Neuf nominations, à juste titre, pour Louis-Jean Cormier, le fruit de son album *Quand la nuit tombe*, en vue du 42e Gala de l'ADISQ. Dix en considérant qu'il est lié au collectif d'artistes pour Karkawatson. Le Septilien se réjouit de cette dose de reconnaissance et d'amour.

Sylvain Turcotte

« Je ne peux pas faire autrement que me réjouir, surtout en temps de pandémie », lance-t-il d'emblée en entrevue, pour répondre à la question « comment tu vis toutes ses nominations ? ». En temps de COVID, oui, mais aussi à l'ère de ce qu'est la musique en 2020.

L'auteur-compositeur-interprète prend cependant ces nominations avec « un grain de sel », ne faisant pas de la musique pour s'attirer les honneurs.

Ces reconnaissances lui font tout de même du bien, lui qui se questionnait à savoir s'il était encore dans le coup. La réponse est venue du public. « J'ai eu beaucoup de messages d'amour pour l'album *Quand la nuit tombe*. Les gens ont accroché. J'étais comblé. Je ne suis pas un *has been* ! »

Louis-Jean ne veut également pas s'enflammer avec ça, se rappelant que cinq ans plus tôt il avait six nominations dans le cadre du Gala de l'ADISQ 2015 avec son album *Les grandes artères*. Un certain Jean Leloup s'était envolé avec une pluie de Félix, le fruit de *À Paradis City*.

« *Les grandes artères*, ça fera cinq ans. J'étais dans une autre vie à ce moment, en tournée. Je n'avais pas pris de pause. J'étais reparti bredouille du Gala, mais vraiment pas déçu ». Depuis ces cinq ans, l'artiste septilien a pris le temps de décrocher, de s'accorder une année sabbatique et aussi de voyager.

En plus de prendre ces nominations au Gala de l'ADISQ avec une certaine légèreté, Louis-Jean Cormier a souligné qu'il était déconnecté lors de l'annonce des nominations au début du mois. « J'étais déjà rendu ailleurs, à préparer autre chose ». Et ce « autre chose », c'est son prochain album (voir texte *En studio pour un quatrième album*).



Louis-Jean Cormier se réjouit de ses nominations pour le 42e Gala de l'ADISQ. D'ici l'événement, il continue de consacrer son temps à l'enregistrement de son prochain album. Photo Maude Chauvin

Ses nominations au 42e Gala de l'ADISQ

Gala de l'ADISQ – 1er novembre
- Interprète masculin de l'année
- Chanson de l'année pour *Je me moi*
- Album de l'année pour *Quand la nuit tombe*
- Auteur(e) ou compositeur/compositrice de l'année avec David Goudreault pour *Quand la nuit tombe*

Premier Gala de l'ADISQ – 28 octobre
- Vidéo de l'année pour *100 mètres haies*
- Album de l'année – Choix de la critique pour *Quand la nuit tombe*
- Spectacle de l'année – Interprète pour sa participation à Karkawatson

Gala de l'industrie – 26 octobre
- Arrangements de l'année (Louis-Jean Cormier, Alex McMahon, Guillaume Chartrain et Marc-André Larocque pour *Quand la nuit tombe*)
- Prise de son et mixage de l'année (Louis-Jean Cormier et Guillaume Chartrain pour *Quand la nuit tombe*)
- Réalisation de disque de l'année pour *Quand la nuit tombe*

En studio pour un quatrième album solo

(ST) Ce « autre chose » que Louis-Jean Cormier prépare, c'est son prochain album, qu'il compte sortir un an après *Quand la nuit tombe*, soit vers la fin mars 2021.

Le processus d'enregistrement de ce nouveau bébé, le quatrième sous une signature en solo, va bon train. Plusieurs des chansons qui s'y retrouveront sont même nées de la création du dernier album. « On a de gros canons », a illustré le chanteur âgé de 40 ans originaire de Sept-Îles. Ses comparses musiciens, les mêmes que pour *Quand la nuit tombe*, ceux qui trouvaient que plusieurs chansons avaient été laissées de côté, en sont ravis.

Pandémie ou pas, Louis-Jean Cormier se tient donc occupé dans son studio d'enregistrement avec son partenaire de Karkwa, le claviériste François Lafontaine, ainsi que Guillaume Chartrain, Marc-André Larocque et Alex McMahon, qui étaient avec lui pour Quand la nuit tombe. Robbie Kuster, le batteur de Patrick Watson, participe également.

Le plaisir de la scène

(ST) Le milieu artistique, comme bien d'autres domaines, s'est retrouvé sur pause en grande partie depuis le début de la pandémie. « On ne fait pas pitié plus que d'autres. On voit tous les domaines s'adapter », soulève Louis-Jean Cormier, qui a cependant hâte de retrouver la scène, les plaisirs de la tournée.

« La pandémie se passe bien. Les artistes ont la chance de travailler sur la création et j'ai mon studio d'enregistrement », mentionne l'auteur-compositeur-interprète.

Le Septilien d'origine a cependant hâte que sa tournée prenne son envol, les revenus des artistes relevant en grande partie de là. Il souligne qu'il a cependant un grand catalogue musical lui permettant d'en tirer des royautés, de précieux dollars.

« Il y a un côté philosophique à la tournée où on peut faire vivre les chansons sur la scène. Là, les bébés (chansons) sont figés dans le temps. J'ai l'habitude de les déguiser autrement en spectacle », exprime-t-il.

Louis-Jean Cormier, en grand optimiste qu'il est, est convaincu que « la vie va revenir ». Si tout se passe bien, que tout tient la route, c'est en février 2021 que sa tournée prendra son envol à travers le Québec. L'artiste devrait se produire sur les scènes de sa région natale en avril, le 17 au Centre des arts de Baie-Comeau et le lendemain à la Salle Jean-Marc Dion de Sept-Îles.

Le Maudit Groupe

Un band de *cover* qui perdure depuis 27 ans

Le Maudit Groupe, un band de cover de Sept-Îles, roule sa bosse depuis déjà 27 ans. Et dire que l'aventure de Michel Picotin, Éric Bérubé, Stéphane Pigeon et Marco Dionne ensemble ne devait être que le temps d'une fin de semaine, le temps d'un « show » de la Saint-Jean à la jadis Volksbrauhauss sur l'invitation de Christian Blackburn !

Sylvain Turcotte



Michel Picotin, Éric Bérubé, Stéphane Pigeon et Marco Dionne forment le Maudit Groupe depuis 27 ans.
Photo Optik 360

« Notre but au départ, c'était d'avoir du fun, plus que pratiquer », lance Michel. Et ça prenait un nom !

Sa blonde du temps lui a lancé à l'époque : « Toi, pis ton maudit groupe ». Ça faisait québécois et ça allait de soi pour célébrer la Fête nationale.

Depuis, le Maudit Groupe ne joue qu'une fin de semaine de temps en temps, deux à trois spectacles par année, surtout dans les dernières années, lors notamment de festivals ou d'événements corporatifs, ou même au Tournoi de volleyball Orange Alouette. Ils se sont même déjà payé le luxe de la Salle Jean-Marc-Dion par eux-mêmes, en formule cabaret.

« Si on jouait une fois par mois, les gens se tanneraient. De cette façon, ils ont hâte de nous voir. On crée la demande, c'est la rareté qui fait notre longévité. Pour nous, ce sont des rages personnelles d'avoir le goût de refaire de la musique ensemble », soulèvent les membres du Maudit Groupe

> « On se connaît tellement qu'on n'a pas besoin de se regarder, lance Michel. Nos 27 ans ensemble font que la chimie se réinstalle très rapidement. Il est dur d'intégrer quelqu'un d'autre avec nous dans un spectacle. On dirait qu'on a 15 ans ! »

Une chimie !

Le quatuor n'a d'ailleurs pas besoin de pratiquer des semaines et des semaines avant de se retrouver sur scène.

Chacun fait ses petites affaires chacun de son bord et dans les jours qui précèdent un spectacle, Michel, Éric, Stéphane et Marco se retrouvent pour pratiquer ensemble.

« On se connaît tellement qu'on n'a pas besoin de se regarder », lance Michel. « Nos 27 ans ensemble font que la chimie se réinstalle très rapidement. Il est dur d'intégrer quelqu'un d'autre avec nous dans un spectacle. On dirait qu'on a 15 ans ! ».

« On se prend au sérieux et pas en même temps », renchérit Marco.

Krystelle Savard est bien placée pour savoir comment ça se passe sur scène avec le Maudit Groupe. Elle s'est jointe au band pour un spectacle lors du Tournoi Orange Alouette en 2018. Elle assure que ce n'est pas dur !

« Pantoute ! Ils sont super. Moi je les aime bien mes vieux ados. Les gars de band, j'ai grandi là-dedans. Oui ils sont crus, ils sont sans filtre, mais je ne les changerais pas. Ce sont de mauzus de bons gars ! », a-t-elle fait savoir.

Le Maudit Groupe en bref...

Le Maudit Groupe, c'est un répertoire de plus de 400 chansons. Pink Floyd en aucune une bonne partie ! « On pourrait faire 45 minutes ! »

Michel Picotin, 53 ans, originaire de Valcourt, chanteur et guitariste. Travaille aux ressources humaines chez Alouette (à l'emploi de l'Aluminerie depuis 2003). SA toune du Maudit Groupe : *La voix que j'ai*, Offenbach/Gerry Boulet, une chanson qui est devenu marquante en émotions pour lui après le terrible meurtre en 2018 survenue dans un édifice à logement sur l'avenue Brochu à Sept-Îles.

Éric Bérubé, 51 ans, originaire de Sept-Îles, guitariste. Travaille comme opérateur de four à cuisson chez Alouette (à l'emploi de l'Aluminerie depuis 2004). SA toune du Maudit Groupe : *Roundabout*, Yes « C'est ma musique quand j'étais jeune. Elle a un niveau de difficultés plus élevé. »

Stéphane Pigeon, 48 ans, originaire de Forestville, bassiste. Travaille à la santé et sécurité chez Alouette (à l'emploi de l'Aluminerie depuis 2004). SA toune du Maudit Groupe : *When you were young*, The Killers.

Marco Dionne, 53 ans, originaire de Sept-Îles, ou Clarke City, batterie. Travaille comme opérateur chez Alouette (à l'emploi de l'Aluminerie depuis 1996). SA toune du Maudit Groupe : *Roundabout*, Yes.

« On a tous commencé comme concierge chez Alouette ! »

Leurs plus beaux moments

- La Salle Jean-Marc Dion en formule cabaret au début des années 2000.

- Leurs spectacles au Tournoi de volleyball Orange pour la foule et aussi celui lors des Jeux du Québec - Sept-Îles Été 2007.

« Des anecdotes de spectacles, on pourrait passer la soirée à en raconter ! »

Le Maudit Groupe

Un public local !

Le Maudit Groupe n'a jamais brûlé les planches des scènes ailleurs qu'à Sept-Îles. Ses membres ne s'en plaignent pas. Ils ont leur « fan base » ici !

Sylvain Turcotte

« On n'a jamais forcé la note pour jouer ailleurs qu'à Sept-Îles, même si on a déjà essayé. On n'a pas besoin de ça pour vivre. On doit avoir du plaisir et on a la chance de choisir nos spectacles. On ne veut pas jouer toutes les fins de semaine », mentionnent les quatre membres.

Le groupe avoue qu'il aurait aimé que son « démo » suscite un intérêt ailleurs, « faire notre trip de gars », mais ils ne s'en font pas outre mesure.

Pour la route, certains des membres du Maudit Groupe l'ont fait ou le font encore avec d'autres bands. D'ailleurs, Marco Dionne se trouvait dans l'ouest du pays en fin de semaine pour accompagner Matiu à la batterie pour une prestation à Winnipeg.

Ho ! Ho ! Ho !

(ST) Vous voulez entendre le Maudit Groupe ? Fort possible que ce soit leur cadeau de Noël et du Jour de l'An, deux spectacles différents qui se feraient en captation et non en Facebook Live.

Michel, Éric, Stéphane et Marco souhaitent rehausser la barre face à leur première expérience virtuelle, réalisée en Facebook Live le 2 octobre, un spectacle soulignant les quatorze personnes à l'emploi d'Aluminerie Alouette depuis 20 et 30 ans.

« Le monde est en manque de divertissement. On veut redonner aux gens qui nous suivent depuis plusieurs années. Ce sera du Maudit Groupe à 100 % ». Oubliez donc les classiques du temps des Fêtes !

Un Innu aux Talents bleus



Scott-Pien Picard à la fête de la rentrée de Noovo.

(LD) Dans le cadre des Talents bleus de l'émission *La semaine des 4 Julie*, un Autochtone de Uashat mak Mani-utenam sera sur scène mercredi 14 octobre.

Son nom ? Scott-Pien Picard, âgé de 23 ans. Son talent ? La musique. Il est auteur-compositeur-interprète ! Depuis son plus jeune âge il est inspiré par les artistes Kashtin et Maten. Scott-Pien a déjà performé sur la scène de *Belle & Bum*, à la *Fête de la rentrée de Noovo* de cette année, ainsi qu'à la *Fête nationale de Montréal* en 2019 !

Il a eu la chance de prendre part à plusieurs spectacles à travers le territoire des communautés autochtones en plus de participer au collectif Nikamu Mamuitun - Chansons rassembleuses. Lors de son passage à l'émission en direct mercredi, il interprétera une chanson de son répertoire en langue innue et il s'accompagnera à la guitare.

Premier Gala de l'ADISQ

D'autres Innus en nominations



(ST) Il y a eu des oubliés dans notre dernière édition en lien avec la liste des artistes innus de la Côte-Nord qui figurent dans les nominations en vue du Premier Gala de l'ADISQ du 28 octobre prochain.

Dans Album de l'année – Autres langues, il y a Nitehi Aimihewin, un collectif d'artistes issus de Musique Nomade qui regroupe notamment Dan-Georges Mckenzie, Mishta-Shipu Mckenzie, John-Émile Grégoire, Spencer St-Onge et Kanen (Karen Pinette-Fontaine) de Uashat mak Mani-utenam ainsi que Metshu Innu d'Ekuanitshit.

L'album a été enregistré en partie à Sept-Îles en septembre et octobre 2019. Un autre collectif d'artistes avec des chanteurs de Uashat mak Mani-utenam est aussi en lice dans Album de l'année – Autres langues, soit Nikamu Mamuitun.



Ben et Jarrod

L'humour pour faire décrocher du quotidien !

Ils ne sont pas montés sur la scène depuis un bon sept mois. Fort possible qu'ils seront rouillés un peu. Les deux crayons les mois aiguisés de la boîte, ou les deux pogos les moins dégelés de la boîte, c'est comme vous voulez, entendent changer les idées de la population nord-côtière en ce temps de pandémie. Ben et Jarrod renouent avec la scène à Havre-Saint-Pierre ce samedi 17 octobre et à Sept-Îles le lendemain, les deux fois avec deux représentations.

Sylvain Turcotte

« On va rester dans nos chaussures et on va aller changer les idées des gens. On ne parlera pas de la COVID. Ça va être spécial ce retour sur scène. C'est la première fois en seize ans qu'on est aussi longtemps arrêté. J'ai hâte de voir le feeling après cette pause forcée de sept mois et de voir les réactions des gens. C'est aussi stressant », a mentionné Jarrod, se faisant l'unique porte-parole pour l'entrevue avec *Le Nord-Côtier*, Ben n'étant pas disponible.

Le duo d'humoristes n'est pas venu souvent sur la Côte-Nord. Jarrod ne pouvait se souvenir de l'endroit où ils s'étaient produits. Le finissant de la cuvée de 1999 de l'École nationale de l'humour a bien hâte de venir sur la Côte-Nord, lui qui est un amant du plein air. « J'aime m'arrêter sur le bord. Je sais qu'il y a de beaux paysages ». À la blague, il dira qu'il ne fera pas qu'arrêter « pour faire pipi ».



Ben et Jarrod seront sur la Côte-Nord cette fin de semaine pour changer les idées aux gens, samedi à Havre-Saint-Pierre et dimanche à Sept-Îles. Photo courtoisie

En duo depuis 2004, Ben et Jarrod profiteront de la route 138 pour se dérouiller. « On est content de faire de la route. On pourra pratiquer nos textes, car on va être rouillé », a mentionné Jarrod. « On n'a pas pris trop de poids », a-t-il lancé en riant !

Personnages et anecdotes

Les deux crayons les moins aiguisés de la boîte pimenteront les quatre-vingt-dix minutes d'humour avec leurs personnages – ils en comptent huit - notamment Greg and Stu et les animateurs de marché aux puces. « Ce sont des personnages que l'on connaît depuis seize ans. On peut s'amuser, sortir du texte ».

Ben et Jarrod iront aussi de stand up avec des anecdotes pour faire connaître au public qui se cachent derrière les personnages, qui sont Benoît Laforce (finissant de l'École nationale de l'humour en 2003) et Jarrod Gosselin. « On raconte nos péripéties de tournées ». Le duo a déjà fait la première tournée de Messmer. Ça promet !

« On s'inspire de gens qu'on croise, mais on ne se moque pas de quelqu'un en particulier. Ça nous permet d'aller plus loin », avance Jarrod.

Le public des représentations à Havre-Saint-Pierre pourrait donc se retrouver à l'honneur dimanche à Sept-Îles ! « On n'embarque pas dans des débats de l'actualité. On est là pour faire décrocher les gens du quotidien. »

Il y aura des rires à la Shed-à-Morue samedi et à la Salle Jean-Marc Dion dimanche !

En période de Covid 19

PROTÉGEONS NOS AINÉS ET NOS PERSONNES VULNÉRABLES

Portons le masque correctement	Respectons la distanciation sociale	Lavons-nous les mains

Un message de la Table des Groupes Populaires
Votre outil d'éducation populaire depuis près de 40 ans

Un chien d'assistance médicale pour personne diabétique

Kruze apprend à détecter l'hypo et l'hyperglycémie chez sa maîtresse

On connaît bien les chiens de chasse et les chiens-guides pour personnes aveugles, tout comme les chiens d'assistance pour personnes handicapées ou même pour enfants atteints d'un trouble du spectre de l'autisme. En revanche, on connaît peu les chiens d'assistance médicale pour personnes diabétiques, comme Kruze, un keeshond qui poursuit son entraînement à Baie-Comeau avec sa maîtresse, Louise Roussy.

Charlotte Paquet

Kruze est arrivé dans la vie de la Baie-Comoise à l'âge de deux mois et demi. Aujourd'hui, il a 14 mois. Il devrait atteindre son apogée comme chien d'assistance pour diabétiques vers l'âge de deux ans et demi. D'ici là, son entraînement continue en vue de sa certification.

Copropriétaire du salon de toilettage La Griffe depuis 26 ans, Louise Roussy en est à son deuxième chien de la race keeshond. « Je savais au départ que ce sont des chiens enjoués et faciles au travail. Quand j'ai reçu le chien, il n'était pas pour ça, mais comme moi je suis déjà diabétique, j'ai vu qu'il était bon en détection. C'est un chien qu'à l'odeur, tout est facile pour lui. »

Au fait de l'existence de la fondation Corazon du Québec, installée en Montérégie et spécialisée dans l'entraînement de chiens détecteurs d'hypoglycémie et d'hyperglycémie depuis une vingtaine d'années, Louise Roussy a contacté sa fondatrice et entraîneure, Anne-Marie Josée Gauthier. Elle dit avoir réussi à la convaincre de superviser l'entraînement de Kruze, à distance principalement. Ses 15 années dans le domaine des compétitions de chiens d'obéissance l'ont aidée, affirme-t-elle.



On aperçoit Louise Roussy et Kruze, son keeshond qu'elle entraîne comme chien d'assistance médicale pour elle-même, qui est atteinte de diabète.

Par contre, M^me^ Gauthier a tout de même été en contact direct avec le keeshond, l'a fait travailler et en a conclu que le potentiel était là, assure Louise Roussy.

De l'odeur à l'alerte

Mais comment un chien, aussi doué soit-il, peut-il réussir à assister une personne diabétique ? C'est grâce à « son pif extraordinaire », qui sent les odeurs dégagées par une personne en hypoglycémie ou en hyperglycémie. Des odeurs que le commun des mortels ne capte pas.

« Le chien devient un complément au glycomètre, car le glycomètre ne va pas te réveiller », explique Louise Roussy, qui est plus à risque de tomber en hypoglycémie pendant la nuit. Dans les faits, Kruze est entraîné à apprendre à vérifier l'état de sa maîtresse selon les odeurs qu'il sent, et ce, jour et nuit.

« Ce que le chien doit apprendre, c'est de venir de lui-même me vérifier. C'est un donneur d'alerte. Et à toutes les fois que le chien vient me vérifier, je dois réagir. Je dois prendre une glycémie. Il doit y avoir une action et pas juste lui dire bon chien. Quand le chien vient nous sentir, la récompense, c'est qu'on joue avec. Il ne faut pas que ce soit de la nourriture. »

Louise Roussy précise aussi que tout bon chien d'assistance doit toujours se trouver dans l'environnement de son maître, d'être dans sa bulle. Le chien joue son rôle d'assistant jour et nuit. C'est pour cette raison que Kruze dort au pied de son lit.

Depuis le début de l'entraînement du keeshond, la dame a vécu cinq épisodes d'hypoglycémie pendant la nuit et trois fois, c'est son chien qui l'a alertée. Le travail actuel avec lui vise à ce qu'il la réveille avant même que son état se complique trop.

Il faut dire que dès le départ, elle a appris à Kruze à associer glycémie et chambre à coucher. « Quand je lui disais, OK, on va prendre une glycémie, il savait que je prenais ça dans ma chambre et il partait, allait s'asseoir sur le lit et attendait. »

Louise Roussy l'admet. Comme elle est diabétique et vit seule, la présence de Kruze dans sa vie est un plus et une sécurité pendant la nuit.

Heureux et équilibré

Louise Roussy souligne qu'un chien qui travaille, c'est un chien heureux et doté d'un bel équilibre. D'après elle, il n'y a pratiquement aucune limite à ce qu'un chien peut apprendre.

Elle rappelle que des chiens sont aujourd'hui capables de trouver de la moisissure dans les murs. « Maintenant, ils sont en train de demander à des chiens de détecter le COVID dans les aéroports », ajoute-t-elle, en précisant qu'à Baie-Comeau, un client de La Griffe possède aussi un chien d'assistance médicale, entraîné à détecter le rythme cardiaque de son maître.



Ça mange quoi un bac?
Des boîtes de conserve,
du papier d'aluminium, du
carton... c'est un glouton.



Votre gouvernement

RECYC-QUÉBEC
Québec

Le placement publicitaire de la présente campagne s'inscrit dans le cadre de la Loi sur la qualité de l'environnement (chapitre Q-2) et de la réglementation relative. Les journaux assujettis sont tenus de contribuer en espaces publicitaires à leur juste part.

Mois de sensibilisation au cancer du sein

« J'ai choisi de voir vieillir mes enfants » – Jennifer Gauthier

Bien qu'elle soit porteuse du gène BRCA2 augmentant ses risques de développer un cancer du sein et des ovaires à 87 %, Jennifer Gauthier, native de Forestville, se trouve chanceuse d'avoir eu le choix de procéder à une mastectomie préventive, soit l'ablation des deux seins.

Johannie Gaudreault



Jennifer Gauthier est entourée de son mari Steeve Pilote ainsi que de ses deux enfants Melian et Julien. Courtoisie

Ce n'était pas le cas de sa mère Lison St-Pierre, atteinte d'un premier cancer du sein en 1995, à l'âge de 33 ans. « Elle ne savait pas qu'elle était porteuse du gène BRCA2 et les recherches ont tellement évolué au cours des dernières années. C'est Angelina Jolie qui a popularisé la mastectomie et cette mutation génétique en 2013 », se remémore Jennifer Gauthier, qui réside à Lévis depuis deux ans, après avoir habité Baie-Comeau pendant quelques années.

À 18 ans, la jeune femme a passé le test de génétique pour savoir si elle était porteuse du gène et le résultat s'est avéré positif. « Les cancers du sein peuvent se développer pour plusieurs causes, mais moi, c'était dans mes gènes. J'avais 87 % de risques d'en avoir un et 10 ans plus tôt que la génération précédente. Donc, à 23 ans, j'aurais pu en être atteinte. »

Après le résultat, la Forestvilloise était suivie de près par ses médecins. « Tous les trois mois, je passais des échographies des seins et des prises de sang. Quand ils voyaient quelque chose à l'écho, ils m'envoyaient passer une résonance magnétique à Québec. C'était intense, ça me rassurait, mais j'étais toujours stressée et inconfortable », raconte-t-elle.

En 2009, après plusieurs années de souffrance, Jennifer perd sa mère des suites du cancer du sein. À 24 ans, elle était elle-même devenue maman d'une petite fille. « Elle a eu un deuxième cancer, mais c'est son premier qui est revenu lui causant des métastases au cerveau et sur les os. C'était un cauchemar parce que ça s'est éternisé longtemps et je l'ai vue souffrir énormément. »

C'est en 2011 qu'elle commence à penser à l'ablation des seins à des fins préventives, lorsque sa tante reçoit elle aussi un diagnostic de cancer du sein. « Pour elle, ça été pas de niaisage. Enlevez-moi les seins. C'est elle qui m'a parlé de cette opération. » La possibilité de procéder à une mastectomie n'est pas entrée dans l'oreille d'une sourde.

« À partir de ce moment, j'ai su que je devais le faire. Au début, j'avais peur parce qu'on me racontait des histoires d'horreur comme quoi ils reconstruisaient les seins avec la graisse du ventre et du dos. Mais, ma tante m'a spécifié qu'on pouvait choisir de le faire avec des implants et presque en même temps que moi, Angelina Jolie a démystifié l'opération », témoigne Jennifer.

Elle s'informe donc à son médecin pour subir la mastectomie préventive. Comme elle se mariait en mars 2013, l'opération a été retardée en mai de la même année. « Je devais me préparer mentalement avant l'opération. J'ai rencontré une psychologue pour tranquillement me faire à l'idée de perdre mes deux seins. »

Le 6 mai 2013, elle entre donc au bloc opératoire pour la première étape de son importante chirurgie. Un an et trois opérations plus tard, elle ne regrette rien. « Ç'a été un processus long et très douloureux. Mais, je voulais voir vieillir mes enfants. Ils sont toute ma vie et aujourd'hui, à 35 ans, j'ai la chance d'être encore auprès d'eux. Ça peut paraître drastique, mais j'ai tellement vu ma mère souffrir. Moi, j'avais le choix », s'exclame la jeune femme, sans la moindre hésitation dans la voix.

Sept ans plus tard

Sept ans plus tard, Jennifer Gauthier ne fait qu'espérer que ses deux enfants Melian et Julien ne soient pas atteints de la mutation génétique tout comme elle. « Ils ont une chance sur deux d'avoir le gène BRCA2 et on doit attendre leur majorité pour faire le test. Ils doivent donner leur consentement légal », explique-t-elle. Notons que pour son garçon, le gène pourrait faire en sorte qu'il développe un cancer de la prostate.

Quant à Jennifer, qui travaille comme archiviste médicale au centre de cancérologie de l'Hôtel-Dieu de Lévis, elle est toujours suivie en gynéco-oncologie question de tracer les marqueurs de développement du cancer des ovaires. Elle s'est fait enlever les trompes de Fallope en 2018 et à 40 ans, elle aura le choix de se départir de ses ovaires. « Si je me les fais enlever toute de suite, je deviendrai en ménopause. Je préfère donc attendre encore quelques années », rigole la Forestvilloise. Pour ce qui est du cancer du sein, ses risques d'en développer un sont passés de 87 % à 0,5 % après la mastectomie préventive.

Raconter son histoire est une façon pour Jennifer Gauthier d'informer les autres femmes que « l'ablation des seins est une avenue possible, ce que les médecins ne précisent pas tout le temps ». « Il faut s'informer sur les méthodes offertes et choisir celle qui nous convient le mieux », avise-t-elle.

Si elle avait des conseils à donner aux futures patientes d'une mastectomie double, elle leur proposerait « d'être accompagnée en tout temps pour la première semaine, de se préparer des repas à l'avance, faciles à faire réchauffer, parce que le haut du corps est presque complètement invalide ».

Aujourd'hui, Jennifer réussit à voir le positif de son parcours de vie. « Mes enfants ont vécu beaucoup d'anxiété en raison de mes opérations et ils m'ont posé beaucoup de questions sur la mort. Grâce à ça, chez nous, la mort, ce n'est pas un sujet tabou. Maintenant âgés de 10 et 12 ans, ils comprennent que j'ai eu la chance que ma mère n'a pas eue parce que les recherches ne cessent d'évoluer. »

ARCHÉO MAMU
CÔTE-NORD

Pointe de projectile



Cet artéfact a été découvert en 1983 sur le site EiBg-46, situé sur la rive ouest de la rivière Blanc-Sablon en Basse-Côte-Nord. Épousant la forme d'un triangle isocèle avec de longues encoches obliques, cette pointe à pédoncule a été taillée dans du chert beige-gris possiblement d'origine terre-neuvienne. Cette pointe est une arme de chasse possiblement destinée à être emmanchée sur une hampe pouvant servir à la fois de pointe de lance, de harpon, de couteau ou comme flèche. Découverte en association avec des structures de combustion (foyer), elle est associée au Sylvicole supérieur, période comprise entre 1000 à 400 avant aujourd'hui. Sa forme et la matière première qui a servi à sa fabrication en font une pointe diagnostique du complexe Little Passage, principalement documentée à Terre-Neuve mais observée sur plusieurs sites de la Basse-Côte-Nord et du Labrador. Plusieurs interventions archéologiques dans le secteur de Boyd's Cove (baie Notre-Dame, Terre-Neuve), auront permis de démontrer la continuité culturelle entre les gens de ce complexe et les Béothuks de la période historique. La pointe est conservée au Laboratoire et la réserve d'archéologie du Québec dans la ville de Québec.

Le maire présente ses recommandations

Dans le cadre de la rencontre du comité sur la forêt de l'Union des municipalités du Québec (UMQ), les membres du comité, dont fait partie le maire de Port-Cartier Alain Thibault, ont rencontré le sous-ministre des Forêts, de la Faune et des Parcs, Mario Gosselin, pour discuter de la réforme à venir du régime forestier québécois.

Vincent Berrouard | *Initiative de journalisme local*

AVIS DE CONVOCATION

MEMBRES D'ALIMENTATION COOP PORT-CARTIER

PRENEZ AVIS qu'une assemblée générale annuelle des membres d'**ALIMENTATION COOP PORT-CARTIER**, sera tenue à l'Agora du Complexe récréatif et culturel situé au 21, rue des Cèdres, Port-Cartier,

JEUDI LE 22 OCTOBRE 2020 À 19 H avec distanciation sociale

Dans un premier temps pour prendre connaissance du rapport financier, statuer sur la répartition des trop perçus, élire les administrateurs, nommer le vérificateur et traiter tous autres sujets relevant de la compétence de l'assemblée.

Donné à Port-Cartier, ce 23 août 2020.
Bélinda Alain, secrétaire



IGA

Alimentation Coop Port-Cartier

26, boul. des Îles, Port-Cartier | Tél. : 418 766-0008 | Fax : 418 766-0022



L'industrie de la foresterie est importante pour l'économie de Port-Cartier

Durant cette rencontre, les membres du comité ont abordé des sujets tels que l'augmentation du coût de la fibre, la réduction de la prévisibilité et l'augmentation des coûts d'opération. Pour les membres, « le régime doit être amélioré, sans faire en sorte de tout remettre sur la table. »

Parmi les recommandations du comité de la Forêt de l'UMQ dont fait partie le maire de Port-Cartier, Alain Thibault, il y a :

• Améliorer la prévisibilité et la stabilité des approvisionnements (3 à 5 ans) pour le maintien des emplois, la vitalité et l'occupation dynamique des territoires.

• Assouplir les exigences relatives aux plans d'aménagement forestiers intégrés, pour une plus grande flexibilité régionale et territoriale.

• Revoir le fonctionnement du Bureau de mise en marché des bois (BMMB) pour qu'il reflète davantage la réalité forestière des différents territoires du Québec.

Le maire de Port-Cartier Alain Thibault affirme : « L'industrie forestière à Port-Cartier est bien établie depuis des décennies avec des infrastructures d'envergure. Cependant, l'éloignement des marchés traditionnels et la difficulté à écouler ses sous-produits mettent en péril la pérennité de celle-ci. »

Il a ajoute : « Les installations de Port-Cartier sont uniques avec entre autres, une usine de biocarburant de classe mondiale et capable de contribuer significativement aux réductions de GES. Le modèle d'affaires doit être revu pour accroître la transformation des sous-produits directement sur le site. L'accès à proximité des installations portuaires uniques est un atout indéniable à l'exportation de ces produits verts. Ainsi, le modèle d'affaires des installations de Port-Cartier pourrait servir d'exemple et être duplicable à d'autres régions ressources du Québec»,

Fermeture des gradins de l'aréna et de la piscine

Le Service des loisirs et de la culture de la Ville de Port-Cartier a pris la décision de fermer, pour une période indéterminée, les gradins de l'aréna et de la piscine. Cette décision s'explique par le non-respect de différentes mesures qui avaient été mises en place dans les gradins de l'aréna lors des dernières semaines.

La protection de la rivière Magpie réclamée

L'Alliance Mutehekau Shipu – nom innu de la rivière – qui regroupe le Conseil des Innu de Ekuanitshit, la MRC de Minganie, la Société pour la nature et les parcs (SNAP Québec) et l'Association Eaux-Vives Minganie (AEVM) réclame la protection de la rivière Magpie d'ici la fin de l'année 2020.

Vincent Berrouard
Initiative de journalisme local



L'Alliance Mutehekau Shipu réclame la protection de la rivière Magpie d'ici la fin de l'année. Photo : Boreal River

Cette nouvelle alliance fait cette annonce dans le cadre de l'atteinte de l'objectif de 17 % de protection du territoire terrestre au Québec, un engagement en vertu de la Convention sur la Diversité Biologique arrivant à échéance dans quelques mois. D'une superficie de 2 630 km², le projet d'aire protégée de la rivière Magpie permettra de préserver la totalité de la rivière et une partie significative de son bassin versant.

Située en Minganie, la rivière Magpie possède une renommée internationale pour les sports d'eau vive. Le prestigieux *National Geographic* la classe parmi les dix meilleures rivières au monde.

« La Magpie se classe parmi les meilleures rivières des Amériques pour la descente d'expédition en eaux vives; elle possède un grand potentiel de développement écotouristique », affirme Mathieu Bourdon, président de l'AEVM. « Il y a un consensus large; il n'y a pas de raison que la rivière ne soit pas protégée ».

La protection de la rivière Magpie est appuyée par les gens de la Minganie. Des résolutions du Conseil des Innu de Ekuanitshit et de la MRC de la Minganie ont été votées en faveur de la protection de la rivière. Plus de 11 000 personnes ont signé une pétition initiée en 2009 par la SNAP Québec et l'AEVM visant sa protection. Le Bureau d'audiences publiques sur l'environnement (BAPE) a d'ailleurs recommandé à deux reprises depuis 2006 que cette majestueuse rivière soit protégée.

« La rivière Magpie est un trésor régional, national et international. Sa protection et sa mise en valeur représentent un immense potentiel de développement récréotouristique pour notre région », affirme Luc Noël, préfet de la MRC de Minganie.

Pour sa part, le chef du Conseil des Innus de Ekuanitshit, Jean-Charles Piétacho explique que : « La protection de Mutehekau Shipu est un projet rassembleur pour les Innus et nos voisins de Minganie. Nous, Innus, avons toujours protégé et vénéré la Mutehekau Shipu et nous le ferons toujours. Il en est ainsi de notre Nitassinan. »

Le projet pour la protection de la rivière Magpie peut compter sur des appuis provenant de diverses sources que ce soient des députés de la région, des grandes fédérations de canot et de kayak du Québec, d'entreprises de plein air, de groupes environnementaux et du milieu académique.

> « La rivière Magpie est un trésor régional, national et international. Sa protection et sa mise en valeur représentent un immense potentiel de développement récréotouristique pour notre région »
>
> – Luc Noël

Plan de développement de la zone agricole pour la MRC de Minganie

La MRC de Minganie a annoncé qu'elle a entamé des démarches afin de se doter d'un plan de développement de la zone agricole (PDZA). Ce document de planification territoriale vise à favoriser le développement du plein potentiel agricole d'une MRC et de viser l'accroissement ou la diversification des productions, des produits, des modèles d'entreprises ou des modes de mise en marché.

Des consultations publiques auront lieu pour entendre les intervenants des milieux municipal, ministériel, agricole et les citoyens. Les séances d'information et les consultations publiques (via Zoom) seront annoncées dans les prochaines semaine.

À terme, la MRC disposera d'un plan d'action comportant des moyens concrets permettant de mettre en valeur le territoire et les activités agricoles. L'échéancier prévoit que la version finale du PDZA sera remise au plus tard le 15 février 2022.

Ce projet est financé par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation.

Le coin des potins

Vous avez un potin à nous raconter ? Faites nous parvenir une photo et un court texte d'un petit fait cocasse ou moment heureux, au plus tard le jeudi 16 h, précédent la parution, à s.turcotte@lenord-cotier.com.



Un geste touchant et inspirant

L'équipe du Pharmaprix des Galeries Montagnaises à Sept-Îles démontre à sa façon son soutien envers Joyce Echaquan. À l'initiative de M. Adam El Bouhssini, les employés portent un ruban mauve. La direction du centre commercial, touchée par ce geste, en a distribués à ses marchands. « Par ce petit geste, nous souhaitons vous témoigner la valeur égale et importante que nous vous portons à tous chers clients. Ensemble vers un monde meilleur », a écrit la directrice des Galeries, Kateri C. Jourdain.

Un beau montant pour M. Carbonneau

Daniel Carbonneau ne regrettera pas d'avoir misé quelques dollars en ligne (lotoquebec.com) à la loterie Banco à la mi-septembre. Son solde d'une dizaine de dollars s'est littéralement transformé après qu'il ait gagné le 8/8 avec une mise de 2 $. Un petit investissement qui lui rapporte 50 000 $. Ce résident de la Minganie, qui préfère jouer en ligne pour éviter d'avoir à se déplacer chez un détaillant, pourra s'offrir quelques gâteries, tout en priorisant les nombreux projets qu'il a en tête.



LE SOURIRE de la semaine



Cet homme aura quelques poils et cheveux blancs de plus le 19 octobre ! Bonne fête d'avance Jeannot Vich et sois sage pour la Grande Soirée Fromages et Vins – Version à domicile de la Fondation Loisir Côte-Nord du 17 octobre, événement pour lequel tu es président d'honneur !

présenté par

Audrey B. Lachapelle
pharmacienne propriétaire affiliée à
Jean Coutu
Place de Ville,
770, boulevard Laure
Livraison : 418 962-3333



Une belle découverte !

Naomie Vigneault, 5 ans, de Havre-Saint-Pierre, était très impressionnée par sa découverte sur la plage le 3 octobre dernier le temps d'une visite pour y jouer, avec le soleil et la chaleur qui étaient au rendez-vous. Même sa petite sœur, Ophélia, 2 ans, est en admiration.

Un don à Transit Sept-Îles

Le 2 octobre, malgré la pandémie, la Fondation Laure-Gaudreault (FLG), administrée par l'AREQ (Association des retraités de l'enseignement et autres services publics) a remis à Transit Sept-Îles une somme de 800 $. Cet argent aidera l'organisme à poursuivre son travail dans la communauté. Le directeur David Leboeuf a reçu le don de Louise Banville et Ginette Giffard, représentantes de la FLG et de l'AREQ dans la région.



Faites parvenir vos informations à s.turcotte@lenord-cotier.com – Journée de tombée : jeudi, 16 h

Centre de justice de proximité Côte-Nord

Le Centre de justice de proximité Côte-Nord (CJPCN) est un organisme offrant des services gratuits et confidentiels d'information juridique à tous les citoyens quels que soient leurs revenus. En plus de fournir l'information juridique permettant aux citoyens de comprendre les diverses réalités juridiques, le CJPCN oriente les citoyens vers les différentes ressources et apporte du soutien aux citoyens. Ce jeudi 15 octobre, de 11 h 30 à 12 h, l'organisme offre un webinaire gratuit sur le surendettement. Les inscriptions se prennent par courriel à mhbelanger@cjpqc.ca. Il sera aussi diffusé sur Facebook Live via la page Facebook du Centre de justice de justice de proximité Côte-Nord. Pour plus d'informations : 581 826-0088.

À la Source

L'organisme À la Source Sept-Îles organise une activité de recueillement pour la Journée du deuil périnatal du 15 octobre. Les détails sont disponibles au www.facebook.com/AlasourceSI. Comme autres activités dans les jours à venir, il y aura un Ciné-Poupons le 18 octobre au Ciné-Centre de Sept-Îles, une Rencontre bébés, bedaines et smoothie, occasion de discuter entre mamans et femmes enceintes sur différents thèmes, le mardi 20 octobre, dès 9 h 30, et une clinique de vérification/installation de banc d'autos pour bébés et enfants par ses techniciennes en sécurité passager nouvellement formés de 8h à 16h à Sept-Îles (à Port-Cartier le 23 octobre de 9 h à 16 h). Pour en savoir plus sur les services et activités d'À la Source, téléphonez au 418 968-2436 ou envoyez un message via sa page Facebook.

Club de philatélie

Les amateurs de timbres sont attendus à une rencontre du Club de philatélie de Sept-Îles qui aura lieu le 20 octobre prochain, dès 19 h, à la salle Casa du Centre socio-récréatif. Il sera important de vous confirmer aux mesures sanitaires. Pour informations : Lola Soucy-Godin, 418 962-3194.

Alcooliques anonymes

L'organisme les Alcooliques anonymes est là si quelqu'un tend la main en quête d'aide. Si vous voulez boire, c'est votre affaire, mais si vous désirez arrêter nous pouvons vous aider. Communiquez avec les A.A. au 1 866 376-6279 ou aa-quebec.org pour plus d'informations. Vous pouvez aussi acheminer un message par courriel à infopublique01aa@gmail.com.

Maison des Femmes

La Maison des femmes de Sept-Îles offre, sans frais, de l'hébergement sécuritaire et des services externes aux femmes et aux enfants victimes de violence conjugale. Une équipe d'intervenantes professionnelles est sur place 24 h/24 et sept jours par semaine dans un cadre d'intervention confidentiel où les besoins de la femme sont respectés. Pour informations : 418 962-8141 ou www.maisonfemmessi.com.

Hommes Sept-Îles

Malgré la COVID-19, Hommes Sept-Îles demeure ouvert, tout en suivant les recommandations de la santé publique pour prévenir la propagation du virus. L'organisme, qui offre un service d'aide aux hommes en difficulté et à leur entourage, propose des rencontres, de l'écoute, du support et de l'accompagnement, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30, ainsi qu'une ligne d'écoute (418 961-1530) les soirs et fins de semaine. Vous pouvez aussi procéder par courriel à info@hommesseptils.com. Si vous désirez aider des hommes en détresse, vous êtes également invités à joindre son équipe de bénévoles aidants en tout temps.

BEL-ÂGE

Club FADOQ Les Pionniers de Port-Cartier

Le club est actuellement dans sa période de vente de cartes de membre. Il est possible de se la procurer d'ici au 23 octobre, du lundi au vendredi, entre 13 h et 16 h, en vous rendant au bureau des Pionniers de Port-Cartier, situé au 36, rue Plante.

Club de l'Âge d'Or de Sept-Îles Ouverture du bureau

Le bureau du Club de l'Âge d'Or de Sept-Îles, du 286, avenue Humphrey (Rendez-vous des Aînés), affilié à la FADOQ, est ouvert du lundi au vendredi, de 13 h à 16 h. Sur place, vous pourrez vous procurer votre carte de membre pour la saison 2020-2021. Vous pouvez rejoindre les responsables du club au 418 968-3445 ou consulter le www.clubagedorseptiles.com pour en savoir plus.

Les Joyeux Retraités de Sept-Îles

La saison est lancée pour les Joyeux Retraités de Sept-Îles qui vous attendent à leurs bureaux du 286, avenue Humphrey, du lundi au vendredi, de 13 h à 16 h. Vous pouvez passer sur place pour renouveler votre carte de membre. Vous pourrez également vous informer des activités qui sont proposées pour la saison. Le port du masque est obligatoire dans les aires communes.



NousTV 555 HD

Nouvelle programmation d'automne maintenant en ondes!
Détails : nous.tv/sept-iles NousTV : au 555 (HD)
Émissions en provenance du réseau: jeudi et vendredi (12 h 30-13 h 30); jeudi au dimanche (21 h-22 h); samedi (7 h 30-9 h 30) et dimanche (8 h-9 h)

HORAIRE COMPLET : WWW.NOUS.TV

Émissions locales (14 au 20 octobre 2020)	MERCREDI 14	JEUDI 15	VENDREDI 16	SAMEDI 17	DIMANCHE 18	LUNDI 19	MARDI 20
Autrefois Sept-Iles (en rappel)	19 h 30	18 h 30		17 h	10 h, 18 h 30		
Bravo (prix et honneurs pour des citoyens et des organismes)	12 h, 17 h 30	11 h 30, 20 h	19 h 15	13 h 15, 20 h 45	13 h, 19 h 30	9 h 35, 18 h 15	8 h 15, 17 h 45
Connecté sur Sept-Iles et Port-Cartier (actualité locale)	11 h 30,18 h 30	8 h 30,12 h,20 h 30	8 h,11 h 30,18 h 30	14 h 30,20 h	12 h,17 h, 22 h	8 h,11 h 30,18 h 30	8 h 30, 12 h 30, 18 h
Conseil municipal de Sept-Iles	12 h 30 (1ère diff.)	22 h	14 h	9 h 30	14 h	13 h 30	21 h
Cultivez votre plaisir (spectacles et événements culturels)	18 h	8 h	17 h 30	19 h 30	18 h	21 h	13 h
Droit devant (information juridique)	8 h, 17 h 45	9 h 35, 17 h 15	13 h 45, 18 h	12 h 45	9 h 45, 19 h 45	8 h 30, 17 h	12 h
M. le maire vous répond (avec le maire de Sept-Iles, Réjean Porlier)	8 h 30, 20 h 30		12 h, 17 h	14 h	17 h 30	17 h 30	11 h 30
La marée chantante (une chorale interprète des airs d'hier et aujourd'hui)		17 h 30	10 h, 19 h 30	12 h, 18 h 15	13 h 15	12 h 30, 21 h 45	20 h
La messe quotidienne (en direct de Trois-Rivières)	9 h	9 h	9 h			9 h	9 h
Passe-Temps (émission pour les aînés)	10 h, 22 h	19 h 30	8 h 30, 20 h 30	13 h 30, 19 h	9 h	12 h	17 h
Télé-Bingo Rotary (en direct)							18 h 30
Tel quel (plongez au cœur d'un événement ou d'un coin de la région)	12 h 15, 19 h 15	13 h 45, 20 h 15	13 h 30, 18 h 15	11 h 45	12 h 45, 23 h	8 h 45, 17 h1 5	9 h 35, 20 h 45
La vitrine (découvrez un organisme local chaque semaine)	8 h 15, 19 h	13 h 30, 17 h	9 h 35, 20 h 15	11 h 30, 18 h	12 h 30, 22 h 45	10 h, 21 h 30	8 h, 17 h 30
Votre horoscope (avec Alexandre Aubry)	22 h 30	10 h			11 h 30		10 h
Émissions spéciales			22 h	15 h, 22 h	20 h		

PETITES ANNONCES

POUR ACHETER.
POUR VENDRE.
Près de chez vous!

DE PENTECÔTE À NATASHQUAN
Contactez
418 960-2090 poste 2400

HEURE DE TOMBÉE : Vendredi 12 h
MODE DE PAIEMENT : Comptant, débit Visa ou Mastercard

TARIFICATION
20 mots et moins : 9 $
Couleur : 15 $
Avec photo : 30 $
Prières et remerciements : 12 $
Marché aux puces : 99 ¢
(Article d'une valeur de 300 $ et moins, maximum 4 mots.)

Taxes incluses. Toutes les annonces classées devront être payées avant parution.

PAR TÉLÉPHONE : 418 960-2090 poste 2400

Par courriel : reception@lemanic.ca

Le Nord-Côtier

CHAMBRE À LOUER

3 CHAMBRES à louer pour travailleurs seulement. Situé au Parc Ferland. 150 $/semaine tout inclus. Tél. 418 968-9131

LOGEMENTS À LOUER

GROUPE Soluplex a plusieurs logements disponibles à Sept-Îles et Port-Cartier. Pour plus d'informations contactez-nous à : info@groupesoluplex.ca ou au 418 960-4895. Il nous fera plaisir de vous aider à vous loger selon vos besoins.

MULTI-LOGIS 2 ½ chauffé, éclair, meublé, internet inclus, situé au centre-ville disponible dès maintenant. Tél. 418 968-3343 courriel : tania@multi-logis.com

GRAND 2 ½ situé près de l'hôpital meublé, eau chaude fourni, accès laveuse sécheuse libre immédiatement 550 $/mois Tél. 418 444-4000

APPARTEMENT Gallant, 3 ½ disponible dès maintenant 1er plancher, chauffé, éclairé, situé au centre-ville. Tél. 418 968-3343 courriel : tania@multi-logis.com

MULTI-LOGIS 3 ½ disponible dès maintenant avec entrée laveuse sécheuse, situé au centre-ville. Tél. 418 968-3343 courriel : tania@multi-logis.com

STUDIO et 4 ½ avec balcon, très bien situés. Tél. 418 968-2669

APPARTEMENTS DU GOUVERNEUR Tél. 418 968-8816 2 ½ et 3 ½, chauffés, éclairés, semi-meublés, 4 ½ et 5 ½ non meublés, chauffés, éclairés, intercom, bien situés, endroit tranquille. Libres immédiatement.

GRAND 5 ½ situé près de l'hôpital repeint à neuf, non meublé, non chauffé, non éclairé 660 $/mois libre immédiatement. Tél. 418 444-4000

MAISON À VENDRE

JUMELÉ clé en main, toit cathédral, sous-sol fini, construction 1999, situé au 19, rue du Père Painchaud. Tél. 418 409-0283 demandé : Claude

OFFRES DE SERVICE

MENUISIER plus de 30 ans d'expérience, pour travaux de rénovation (balcon, terrasse, clôture en bois traité, revêtement extérieur, cabanon, garage, porte et fenêtre, finition de sous-sol, etc). RBQ : 2817-8523-01. Steve, Tél. 418 962-0031

ENTRETIEN ménager et préparation des repas. Dame expérimentée, consciencieuse, fiable, honnête. Secteur Moisie, Plage et Sept-Îles. Semaine et Week-end. Tél. 418 927-2448

TOILETTAGE Brigitte (canin), service personnalisé et transport au besoin. Tél. 418 968-2493

DIVERS À VENDRE

BOIS DE CÈDRE chez Fabrication LAM inc. tout ce que vous avez besoin pour vos projets. 3 façons de nous contacter : en message privé sur notre page Facebook, par courriel : deuxparsix@yahoo.ca ou Tél. 418 296-9565

DIVERS

PERDEZ du poids sans le reprendre. Suivi et accompagnement. Séance d'information gratuite. Contactez-moi, madame St-Pierre distributeur indépendant HERBALIFE Tél. 418 968-1207

ANA Médium, spécialiste des questions amoureuses depuis 25 ans. Le secret des rencontres positives, la méthode pour récupérer son ex et des centaines de couples sauvés durablement, réponses précises et datées. Tél. 514 613-0179

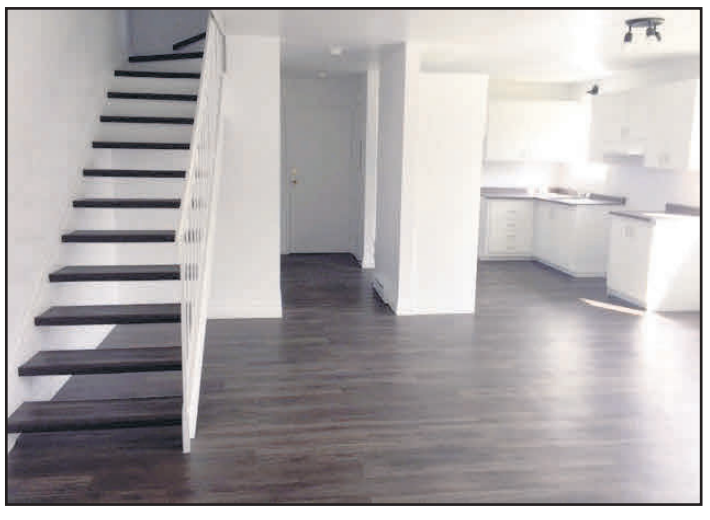
SAAQ-SAAQ-SAAQ Victime d'un accident automobile ? Vous avez des blessures ? Contactez-nous. Consultation gratuite, M. Dion Avocats. Tél. 1 855-282-2022 www.sossaaq.com

CONTACTS directs et rencontres sur le service #1 au Québec ! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence ! Appelez-le 438 899-7001 pour les écouter, leur parler, ou, depuis votre cellulaire faites le # (carré) 4676. Pour voir et mieux les connaitre : www.MediumQuébec.com

Médium Québec réunit toujours pour vous depuis + de 13 ans les meilleurs voyants du Québec, reconnus pour leurs dons et la qualité de leurs prédictions… Écoutez-les au 1 800 332-1036 et choisissez votre conseiller(ère) personnel(le). Depuis votre cellulaire faites le # (carré) 4676. Pour les voir et mieux les connaitre : www.MediumQuebec.com



Immobilière *Joie de Vivre*

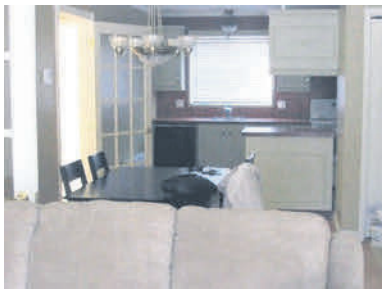


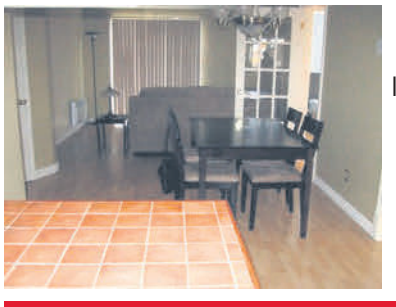
1½ 3½ 4½ 5½

LOGEMENTS SUR DEUX ÉTAGES

418 968-8411

Bureau : 141, Réveillon • Sept-Îles





CONDO À VENDRE

Situé au 766, avenue Brochu, appartement 201

4 ½ au 2e étage. Endroit tranquille et sécuritaire.

ÉVALUATION MUNICIPALE 155 000 $

PRIX DE VENTE 149 000 $

Inclus dans la vente : poêle, réfrigérateur, lave-vaisselle, laveuse, sécheuse, mobilier de chambre à coucher ainsi qu'un lit capitaine 39 pouces.

Frais de copropriété seulement à 90 $/mois.

Électricité : 55 $/mois.

La prise de possession est à discuter.

Pour information, contactez Mario Thibeault au 418 409-3615

lenord-cotier.com

APPARTEMENTS
MINGAN
1½ • 2½ • 3½ • 4½ • 5½
494, Franquelin
(face à l'hôpital)
• Buanderie • Système d'intercom • Sécurité
• Tranquillité • Propreté • Meublés, chauffés, éclairés
• Câble et internet fournis • Literie, vaisselle, etc...
NOUVEAU :
418 350-4345

HABITATIONS
PORT-CARTIER
Bachelors,
3½, 4½, 5½
Chauffés, éclairés.
Pour information :
418 766-4321

APPARTEMENTS
LE CONCORDE
418 968-8833
Studios
3½ - 4½ - 5½
* Chauffés
* Éclairés
* Centre-ville
418 968-8833



Comment accompagner un enfant dans le deuil ?

La notion de mort est abstraite pour les enfants, qui ne comprennent qu'elle est universelle et permanente que vers l'âge de huit ans. Néanmoins, à tout âge, les enfants ressentent la perte d'un être cher et, au même titre que les adultes, passent par toute une gamme d'émotions. Voici quelques conseils pour accompagner un enfant dans le deuil :

• Prenez le temps de le rassurer : les enfants se demandent souvent s'ils sont responsables du décès ou s'ils vont eux-mêmes mourir, par exemple.

• Répondez à ses questions et parlez honnêtement de la mort en employant des mots concrets. Dire que grand-papa « est parti » ou « qu'il s'est endormi pour toujours » risque de mêler l'enfant, qui pourrait s'attendre à ce qu'il revienne.

• N'ayez pas peur de montrer vos émotions : il comprendra ainsi que sa réaction est normale et qu'il n'est pas seul. Les réactions de l'entourage influencent d'ailleurs grandement la façon dont les enfants vivent le deuil.

• Recourez au dessin ou aux jeux de rôles ainsi qu'aux histoires ou aux films qui évoquent la mort, notamment, pour l'aider à s'exprimer et favoriser les échanges.

• Emmenez-le au service commémoratif s'il le souhaite, mais ne l'y obligez pas. Ne craignez pas de le traumatiser : la réalité est généralement moins dure que ce que les enfants imaginent lorsqu'ils sont laissés dans le doute. Expliquez-lui toutefois à l'avance le déroulement de la journée. Si le deuil semble se prolonger ou si les symptômes de votre enfant sont très intenses, n'hésitez pas à demander une aide professionnelle pour faciliter la gestion de ses émotions.

Remerciements



MARCELLE BÉLANGER TREMBLAY
1942-2020

Sincères remerciements pour vos hommages, prières, présents et dons (Société Alzheimer). Plusieurs se sont déplacés pour témoigner à notre famille leur soutien, et partager notre peine, suite au décès de notre bien-aimée parente survenu le 14 août dernier. Soyez assurés que nous sommes profondément touchés par votre présence et vos marques de sympathies.

Des remerciements tout particuliers au personnel de la Résidence Gustave-Gauvreau pour son dévouement à l'égard de notre proche pendant son long séjour d'une décennie.

Son époux Ghislain Tremblay, ses enfants Claude (Giovanna), Marie et Stéphan (Marianne) ainsi que ses petits-fils André, Anthony et Benjamin.

Remerciements



DENIS MOISAN

Du fond du cœur, nous vous disons merci.

À vous qui, par votre présence, vos fleurs, vos pensées, et par vos écrits réconfortants avez voulu témoigner votre soutien, votre amitié ou votre affection lors du décès de monsieur Denis Moisan, survenu le 23 avril 2020.

De toute la famille

MULTI LOGIS
MULTI BLOCS
3 1/2 - Rénovés
Libres immédiatement
Situés au centre-ville, Sept-Îles
Bureau : 685-A, Giasson #1
Service 24/24 – 7 jours/7
418 968-3343
Visitez notre site Internet
www.multi-logis.com

LOGEMENTS pour votre confort
CÔTE-NORD
4 ½ - 5 ½
1 mois gratuit
Sur approbation de crédit
418 960-0250
418 960-4480
www.logementscotenord.ca

CTASI
CORPORATION DE TRANSPORT ADAPTÉ DE SEPT-ÎLES

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE AVIS DE CONVOCATION

À tous les utilisateurs de nos services
en transport en commun

Veuillez prendre note que l'assemblée générale annuelle de la Corporation de Transport Adapté de Sept-Îles se tiendra le jeudi 22 octobre 2020 à 19 h à l'endroit suivant :

652, avenue De Quen, au Gymnase

Bienvenue à tous !

Tout en respectant les consignes de la santé publique, on continue à se protéger !

INTERBUS
TAXIBUS





LIVREUR(SE) RECHERCHÉ(E)

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien

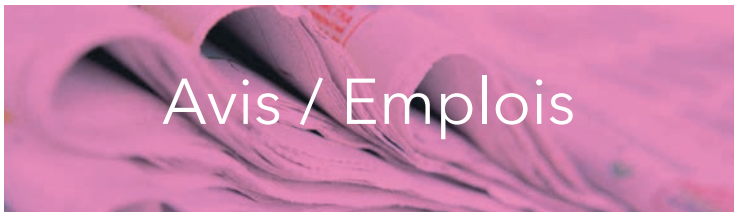
Pour distribuer les journaux dans les blocs appartements de Sept-Iles

Nécessite environ 4 hrs de travail par semaine, le mercredi matin.

✔ Doit posséder camion ou mini van
✔ Permis de conduire requis
✔ Salaire avantageux



Pour informations :
Karine Therrien 418 960-2090 poste 2401
k.therrien@lenord-cotier.com





À PROPOS DU POSTE

Nous recherchons un Électronicien/Électrotechnicienne qui pourra se joindre à l'équipe d'entretien des locomotives à Sept-Îles. Travaillant sur un horaire rotatif de 12 heures (3-2-2-3) ou sur des quarts de jour (5-2), voici les principales tâches que le titulaire du poste devra assurer :

- Inspecter, investiguer et réparer les locomotives ainsi que leurs composants;
- Participer à la priorisation, à la planification et la préparation des travaux;
- Effectuer la maintenance préventive.

À PROPOS DE VOUS

Pour être considéré pour ce rôle, vous devez :

- Posséder d'un DEC en technologie de l'électronique industrielle ou un DEC en électronique (automatisation, instrumentation, électrotechnique);
- Avoir minimum trois (3) années d'expérience pertinente;
- Détenir permis de conduire classe 5 valide.

QUEL SERA VOTRE LIEU DE TRAVAIL ?

La Compagnie minière IOC est un producteur de minerai de fer de premier plan. Elle possède des établissements à Labrador City, à Terre-Neuve-et-Labrador, ainsi que des installations portuaires à Sept-Îles, au Québec, et exploite plus de 418 kilomètres de chemin de fer reliant la mine au port. IOC exporte des boulettes et du concentré en Amérique du Nord, en Europe et en Asie.

Nous sommes une équipe diversifiée de personnes talentueuses et enthousiastes qui favorisent une culture d'inclusion. Quelles que soient leurs différences, nos employés ont une chose en commun : ils croient que le travail est plus gratifiant lorsque nous sommes acceptés et valorisés pour nos différences, et non jugés en fonction d'elles. Nous pouvons tous faire une contribution, et c'est ce qui rend notre entreprise formidable, et notre carrière, enrichissante.

Posez votre candidature d'ici le 22 octobre au jobs.riotinto.com

riotinto.csod.com/ux/ats/careersite/6/home/requisition/41346?c=riotinto

SEMO côte-nord
services externes de main-d'oeuvre

OFFRE D'EMPLOI

Agent d'intégration et de suivi

Principales fonctions
Accompagnement et support aux personnes handicapées en emploi afin qu'elles y soient maintenues. Élaborer et faire respecter les plans d'intervention, apporter les correctifs nécessaires à la réalisation des tâches, rédaction de documents, tenue de dossiers.

Exigences et conditions de travail
Niveau d'études : Universitaire, Bac ou DEC en travail social ou ed. spécialisée
Années d'expérience reliées à l'emploi : 1 à 2 années d'expérience
Description des compétences : Personne dynamique, empathique, bon sens des responsabilités, organisée, ouverte d'esprit et honnête. Bonne qualité de français. Connaissances minimales en informatique. Posséder permis de conduire et automobile.
Langues demandées : **langues parlées :** français
langues écrites : français
Salaire offert : selon expérience de : 19 $ à : 29 $ - de l'heure
Nombre d'heures par semaine : 35
Conditions diverses : Frais de déplacements, assurances collectives, Fonds de pension, conciliation travail famille, horaires variables
Statut d'emploi : permanent
temps plein
jour
Date prévue d'entrée en fonction : 2020-11-09

Lieu de travail :
Sept-îles
Déplacements réguliers à Port-Cartier

Nom de la personne à contacter : Danielle Sirois (Directrice générale)
Moyen(s) de communication : **Téléphone :** 418 589-9034, poste 201
télécopieur : 418 589-9200
en personne : 1191, boulevard Laflèche, Baie-Comeau, Québec
poste : 1191, boulevard Laflèche, Baie-Comeau, Québec, G5C1E1
courriel (courrier électronique) : semocn@globetrotter.net



Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien

VOUS VOULEZ ÊTRE VU PARTOUT?
CONTACTEZ-MOI!
Marie-Pierre Renaud
418 960-2090 poste 2414



• Livreur(euse) • Préposé(e) à l'accueil • Débarrasseur
• Préposé au comptoir • Cuisinier • Serveur(euses)

Grâce à la formation que vous recevrez et au soutien de votre équipe, vous aurez tous les ingrédients en main pour réussir votre histoire.
Si l'un de ces postes vous intéresse, veuillez contacter
Michel Vaillancourt ou Annick Lelièvre,
1005, boulevard Laure Ouest
Sept-Îles, 418 968-9191

Vous pouvez également postuler en ligne.
À vous de choisir !
st-hubert.com/emploi/carriere

Un rôle à jouer
Une histoire
à partager

St-Hubert



OFFRE D'EMPLOI

SANI-MANIC
CÔTE-NORD



AIDE-OPÉRATEUR

Le titulaire de ce poste doit travailler en collaboration avec l'opérateur sur divers véhicules tel que camions vacuums, hautes et basses pressions. Plus spécifiquement, il devra :

- Préparer les équipements de travail avant le départ
- Effectuer des travaux manuels de nettoyage industriel
- Aider l'opérateur dans l'opération du camion, transporter et manipuler les boyaux de pompage
- Travailler de façon sécuritaire en tout temps
- Toutes autres tâches connexes

Exigences
- Permis de conduire **VALIDE** classe 5
- Capacité de lever environ 50 livres plusieurs fois par jour
- Sens de l'observation, communication, initiative, esprit d'équipe
- Assiduité au travail, bonne forme physique et volonté de travailler à l'extérieur

Cette opportunité vous intéresse, faites parvenir votre CV au service des ressources humaines Par courriel : lynepoirier@sanimaniccotenord.com, télécopieur : 418 962-1992 ou rendez-vous sur place au 1707, boulevard Laure.

Bureau d'aide juridique de Sept-Îles

Poste de préposé(e) spécialisé(e) à l'admissibilité

à combler pour le Centre Communautaire Juridique de la Côte-Nord au bureau d'aide juridique de Sept-Îles

Sous la direction du directeur général, le ou la préposé(e) spécialisé(e) à l'admissibilité;
- Reçois et achemine les communications téléphoniques;
- Cueille, saisis et transcris les données concernant la demande d'aide juridique;
- Évalue la demande d'aide juridique conformément aux directives de l'avocat qui statue sur l'admissibilité;
- Complète la demande d'aide juridique à l'aide du logiciel approprié;
- Imprime les demandes d'aide juridique, les attestations, les mandats, les refus et autres documents ainsi que leurs modifications;
- Ouvre, ferme et classe les dossiers;
- Accomplis toute autre tâche connexe;
- Capacité d'évaluer, documents à l'appui, un revenu annuel.

Qualifications requises :
- 11e année ou sec. V plus 8 ans d'expérience pertinente;
- Connaissances en informatique (maîtrise des logiciels Word, Excel et Outlook);
- Possibilité de tests d'aptitudes.

Profil recherché :
- Propension naturelle au service à la clientèle de qualité;
- Confidentialité et impartialité;
- Discrétion et empathie;
- Débrouillardise, sens de l'initiative et esprit analytique;
- Aptitudes à travailler sous pression;
- Bon jugement des situations et capacité à gérer les priorités;
- Capacité à utiliser les logiciels de micro-informatique pour la saisie de données.

Formation : 11e ou sec. V et 8 années d'expérience pertinente

Lieu de travail : Sept-Îles

Horaire : 35 heures par semaine

Statut : Poste permanent (probation : 180 jours de travail accompli)

Salaire : Selon convention collective en vigueur (de 39 348 $ et 48 867 $/an) Plus prime de rétention de 8 %

Date prévue d'entrée en fonction : 23 novembre 2020

Toute personne intéressée doit faire parvenir son curriculum vitae, accompagné d'une lettre de présentation, **avant le 28 octobre 2020, 17 h**, à **Me François Wullaert**, Directeur général, Centre communautaire juridique de la Côte-Nord, **690, boul. Laure bureau 204, Sept-Îles, G4R 4N8, par télécopieur 418 964-8116** ou à fwullaert@ccjcn.qc.ca.

OFFRES D'EMPLOI MARCHEURS (camelots)

District de l'Anse : 415



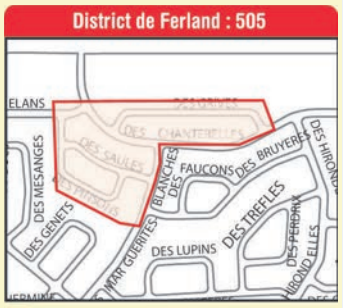
secteur disponible

District de Ferland : 500



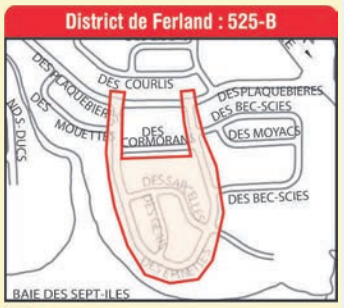
secteur disponible

District de Ferland : 505



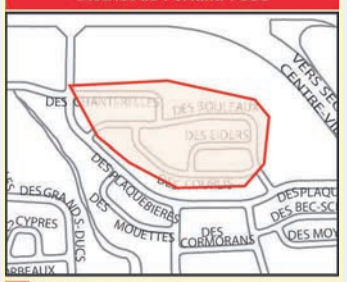
secteur disponible

District de Ferland : 525-B



secteur disponible

District de Ferland : 530



secteur disponible

Saviez-vous que 40 % de la distribution de notre journal est faite par des retraités actifs

Les raisons principales pour eux sont : la mise en forme ou un revenu d'appoint.

DISTRIBUTION LE MERCREDI

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien

418 960-2090 poste 2401

LES MARÉES
SEPT-ÎLES
Source : Pêches et Océans Canada

2020-10-14 (mercredi)		
HAE	(m)	(pi)
00:04	2.7	8.9
06:33	0.5	1.6
12:36	2.4	7.9
18:38	0.4	1.3
2020-10-15 (jeudi)		
HAE	(m)	(pi)
00:55	2.8	9.2
07:15	0.3	1.0
13:20	2.7	8.9
19:30	0.2	0.7
2020-10-16 (vendredi)		
HAE	(m)	(pi)
01:43	2.9	9.5
07:55	0.1	0.3
14:03	2.9	9.5
20:20	0	0.0
2020-10-17 (samedi)		
HAE	(m)	(pi)
02:29	2.9	9.5
08:36	0.1	0.3
14:46	3.1	10.2
21:09	-0.2	-0.7
2020-10-18 (dimanche)		
HAE	(m)	(pi)
03:15	2.8	9.2
09:16	0	0.0
15:30	3.2	10.5
21:57	-0.2	-0.7
2020-10-19 (lundi)		
HAE	(m)	(pi)
04:02	2.7	8.9
09:57	0.1	0.3
16:14	3.2	10.5
22:47	0	0.0
2020-10-20 (mardi)		
HAE	(m)	(pi)
04:50	2.5	8.2
10:40	0.3	1.0
17:01	3.1	10.2
23:39	0.2	0.7

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien

418 960-2090

l'Hebdo quotidien

Drakkar de Baie-Comeau

Ansons repêché par Pittsburgh

Après Nathan Légaré l'an dernier, les Penguins de Pittsburgh ont de nouveau regardé dans la cour du Drakkar de Baie-Comeau en 2020 pour leurs choix au repêchage. Cette fois, ils ont sélectionné l'attaquant letton Raivis Kristians Ansons.

Steeve Paradis

Le numéro 55 du Drakkar a été choisi au cinquième tour, 149e au total, à ce repêchage de la Ligue nationale de hockey, tenu de façon virtuelle. Ansons a été le seul porte-couleur de l'équipe locale à être sélectionné.

« Je ne suis pas surpris de sa sélection. Plusieurs recruteurs s'étaient informés à son sujet. C'est une belle récompense pour son développement », a indiqué le directeur général du Drakkar, Pierre Rioux, au lendemain de la sélection d'Ansons.

« Dès son arrivée au Canada l'an dernier, il a semblé à l'aise. Ce que les recruteurs aiment de lui, c'est qu'il va au filet. Il ne reste pas en périphérie », a-t-il ajouté.

Au total, 19 joueurs de la Ligue de hockey junior majeur du Québec ont été repêchés mardi et mercredi, dont cinq en première ronde.

Outre le tout premier choix, Alexis Lafrenière, désormais membre des Rangers de New York, on retrouve Dawson Mercer (18e, New Jersey), Hendrix Lapierre (22e, Washington), Justin Barron (25e, Colorado) et Mavrik Bourque (30e, Dallas).

Pas d'Euros pour bientôt

Si Rioux se réjouissait de la sélection d'Ansons, il devient toutefois impatient de le voir dans l'uniforme rouge, jaune et blanc du Drakkar, lui et Valentin Demchenko. Pour l'instant, la majorité des joueurs européens qui évoluent dans la LHJMQ sont encore retenus sur le Vieux continent.

« Ça commence à être frustrant », a reconnu le dg. « On nous dit que la ligue travaille fort, mais pour être honnête, ça n'avance pas à notre goût. On peut toutefois comprendre que cette semaine, l'énergie est mise ailleurs que sur la venue des Européens », a lâché Rioux en faisant référence à l'éclosion de COVID-19 au sein de l'Armada de Blainville-Boisbriand et du Phœnix de Sherbrooke, qui force déjà les autorités du circuit à jongler avec le calendrier.



Raivis Kristians Ansons a représenté le choix de cinquième ronde des Penguins de Pittsburgh au dernier repêchage de la LNH. Photo courtoisie

Grande Soirée Fromages et Vins

Les Septiliens répondent à l'invitation



(ST) La Grande Soirée Fromages et Vins de la Fondation Loisir Côte-Nord, en version à domicile, nul besoin de vous expliquer le pourquoi, c'est ce samedi 17 octobre.

Les Septiliens ont plus que répondu à l'appel pour soutenir les étudiants-athlètes nord-côtiers par l'achat de boîte qui inclura trois bouteilles de vin, trois fromages d'ici, des charcuteries et autres surprises, le tout à la saveur du Québec.

Les 108 boîtes en vente ont trouvé preneur tellement rapidement que l'organisation a dû en rajouter. Marque finale : 156 boîtes ! « C'est au-delà de nos attentes », souligne Philippe LeBreux, agent de développement sport, loisir, culturel et communautaire à Loisir et Sport Côte-Nord (URLSCN). Il espère que l'édition 2021, annoncée pour le 16 octobre, pourra se dérouler, en personne et comme il se doit, au Centre des congrès de Sept-Îles.

Ceux et celles qui ont manqué leur coup, et même ceux qui trinqueront pour les étudiants-athlètes samedi, peuvent les soutenir jusqu'à dimanche (18 octobre), 20 h, via l'encan en ligne. Il est possible de miser sur une vingtaine d'articles au loisircotenord.encanweb.ca.

« Les gens aiment notre fondation et notre événement. On sera de retour l'an prochain. Merci à l'avance », conclut M. LeBreux, qui indique que l'édition 2021, annoncée pour le 16 octobre, pourra se dérouler, en personne et comme il se doit, au Centre des congrès de Sept-Îles.

Santé !

Grand défi Pierre Lavoie

Une Grande Marche, chacun pour soi!



Il n'y aura pas de rassemblement pour l'édition 2020 de la Grande Marche. Les gens sont invités à participer à l'activité chacun de son côté. Photo archives

(ST) La Grande Marche du Grand défi Pierre Lavoie ne prend pas de pause en cette année 2020 marquée par la présence d'un virus appelé COVID-19. Pour en combattre d'autres, prendre soin de sa santé, ce n'est pas sous forme de rassemblement, mais chacun pour soi que la population est invitée à participer à l'événement des 17 et 18 octobre, événement en collaboration avec la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec

L'édition 2020 de la Grande Marche se passe à la maison alors que l'organisation vous lance l'invitation pour un 5 km de marche, dans votre quartier ou de sentier de prédilection, seul ou en famille, bref, selon les règles de distanciation physique.

« Que vous le fassiez pour votre corps, ou votre esprit, toutes les raisons sont bonnes pour bouger », fait savoir l'organisation.

La participation est gratuite. Vous pouvez vous inscrire dès maintenant au www.onmarche.com.

Football

Le Husky veut en profiter, mais aussi gagner

Les joueurs de football du Husky juvénile de l'école Jean-du-Nord/Manikoutai de Sept-Îles figurent parmi les rares dans la province, au niveau scolaire, à pouvoir se lancer dans une saison. S'il n'y a pas de changements dans les prochains jours, la troupe de l'entraîneur-chef Danny Leclerc se rendra au Saguenay ce samedi 17 octobre pour y affronter les Cyclones de l'école secondaire Charles-Gravel de Chicoutimi.



Sylvain Turcotte
s.turcotte@lenord-cotier.com

« On est parmi les seuls au Québec qui ont le loisir de penser qu'on peut avoir une saison. Ça tombe partout ailleurs », a mentionné l'entraîneur, qui occupe aussi le chapeau de coordonnateur du programme.

La reprise du sport scolaire pour les porte-couleurs du Husky se veut aussi un aspect raccrocheur à l'école, une source de motivation, même s'ils ne trouvent pas la situation simple avec toutes les mesures en place. Ils comprennent qu'ils sont choyés d'être sur le terrain.

Danny Leclerc a souligné que les joueurs étaient intenses à l'entraînement. « Il y a une bonne qualité de pratiques. Les jeunes sont intéressés à jouer ».

Profiter et gagner

Le Husky retrouvera donc ses rivaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean pour quatre parties en l'espace de cinq semaines.

Coach Leclerc a fait savoir que ses joueurs étaient conscients de pouvoir jouer, de profiter de leur sport, mais ils sont aussi motivés à vouloir gagner, à poursuivre leur développement.

« Ils pourront jouer contre d'autres formations. Ce ne sera pas des matchs intraéquipe. Ils veulent aller au bout des possibilités, de leur potentiel. Ils veulent assurer la continuité des deux dernières saisons (équipes championnes de la ligue). Ceux qui ont vécu la victoire veulent transmettre ça aux plus jeunes », a-t-il conclu.



Les joueurs de l'édition 2020-2021 du Husky juvénile football de l'école Jean-du-Nord/Manikoutai de Sept-Îles voudront poursuivre le travail accompli par les équipes antérieures, comme celle de l'an passé (photo). Photo archives Anne-Sophie Guay

Ligue de soccer Senior de Sept-Îles

Une nouvelle saison en préparation

(ST) Les adeptes adultes du ballon rond pourront sortir leurs crampons d'intérieur prochainement. La Ligue de soccer Senior de Sept-Îles prépare sa saison 2020-2021 en vue d'une amorce le 3 novembre au gymnase de l'école Jean-du-Nord. Le calendrier, qui comptera 26 parties régulières par équipe en plus des séries, se conclura en mai.

Pas de changement pour la formule de jeu. Les parties se joueront les mardis de 20 h 30 à 22 h 30. Dans le feu de l'action, cinq joueurs et un gardien dans chaque camp. Les équipes pourront compter sur un effectif total de onze personnes, gars ou filles.

Les inscriptions, de façon individuelle, se font en ligne, via le lien disponible sur le site Internet de la ligue au www.soccer7iles.com. Les intéressés ont jusqu'au 18 octobre pour procéder.



La saison du ballon rond pour les adultes s'ouvre au début novembre pour la Ligue de soccer Senior de Sept-Îles.

Il en coûte 150$ par joueur. « Le coût est moindre que l'année passée (200$) vu les surplus engendrés par la fin de saison 2019-2020 précipitée (COVID-19) », mentionne l'organisation de la Ligue de soccer Senior de Sept-Îles.

Les responsables visent la formation de quatre équipes, soit un total de quarante-quatre joueurs. Les clubs seront formés avec la tenue d'un repêchage.

La tenue de la saison 2020-2021 de la Ligue de soccer Senior de Sept-Îles est à la merci de la situation de la COVID-19. « Nous prévoyons rembourser les joueurs si une partie de la saison est annulée ou suspendue par le COVID-19, soit au prorata des matchs annulés », précise l'organisation.

Quant aux mesures en place, les joueurs auront accès aux vestiaires, mais ils ne pourront pas se servir des casiers ni des douches. Le lavage des mains devra se faire en entrant dans l'école Jean-du-Nord. La distanciation physique de deux mètres sur le banc pour les joueurs réservistes est de mise et il est fortement recommandé d'éviter les poignées de mains ou contacts inutiles entre les parties.



DÉCOUVREZ-EN PLUS SUR **TROUVEZVOTREFORD.CA**

SiriusXM
De série pour la plupart des véhicules Ford avec abonnement de 6 mois prépayés.

Les véhicules illustrés peuvent être dotés d'équipements offerts en option. Le détaillant peut vendre ou louer à prix moindre. Ces offres, d'une durée limitée, sont en vigueur uniquement chez les détaillants participants. Pour les détails complets, consultez votre détaillant Ford ou téléphonez au centre de relations avec la clientèle Ford au 1-800-565-3673. Pour les commandes à l'usine, un client admissible peut se prévaloir des primes/offres promotionnelles de Ford en vigueur soit au moment de la commande à l'usine, soit au moment de la livraison, mais non des deux ou d'une combinaison des deux. Les offres des détaillants ne peuvent être combinées à l'assistance-compétitivité des prix, à la réduction de prix aux gouvernements, aux primes pour la location quotidienne, au programme d'encouragement aux modifications commerciales ou au programme de primes aux parcs commerciaux. † Du 1er octobre au 2 novembre 2020, obtenez cette Carte à Tout^MC de 500 $ à l'achat ou à la location d'un véhicule Ford neuf 2020 parmi les modèles sélectionnés suivants : Fusion hybride rechargeable, EcoSport, Escape. Certaines conditions s'appliquent. La Carte à Tout est une carte de crédit prépayée d'une somme de 500 $. Elle peut être utilisée comme telle en toutes occasions. Cette offre est seulement disponible pour les résidents du Québec chez les détaillants Ford du Québec. * Le programme est en vigueur du 1er octobre 2020 au 30 novembre 2020 (la « période du programme »). Pour être admissible, le client doit échanger son véhicule chez un détaillant Ford en remettant un véhicule de l'année-modèle 2016 ou plus ancien qui était immatriculé et assuré au cours des 3 derniers mois (les « critères »). Les clients admissibles recevront 1 000 $ applicables à un véhicule 2020 neuf parmi les suivants : Escape (à l'exception du modèle S), Fusion ou EcoSport. Cette offre ne s'applique pas aux Bronco, Bronco Sport, Série E, Ford GT et F-650 à F-750. Les taxes sont exigibles après déduction du montant de la prime. Pour être admissible : (i) le client doit, au moment de la vente du véhicule admissible, fournir au détaillant une preuve suffisante qu'il satisfait aux critères et le formulaire signé autorisant le transfert de propriété du véhicule au détaillant autorisé; et (ii) le véhicule admissible doit être acheté, loué ou commandé à l'usine au cours de la période du programme. Une (1) seule prime est applicable à l'achat d'un véhicule admissible. Ces offres sont en vigueur uniquement chez les détaillants participants. Pour les commandes à l'usine, un client admissible peut se prévaloir des primes/offres promotionnelles de Ford en vigueur soit au moment de la commande à l'usine, soit au moment de la livraison, mais non des deux ou d'une combinaison des deux. Les offres des détaillants ne peuvent être combinées à l'assistance-compétitivité des prix, à la réduction de prix aux gouvernements, aux primes pour la location quotidienne, au programme d'encouragement aux modifications commerciales, au programme de primes aux parcs commerciaux ou à toute autre offre ciblée ou privée. Consultez votre détaillant Ford pour tous les détails ou appelez le Centre des relations avec la clientèle Ford au 1 800 565-3673. ^Du 1er octobre au 19 novembre et du 28 au 30 novembre 2020, obtenez un taux de financement annuel de 0 % à l'achat d'un Escape, EcoSport ou Fusion 2020 neuf pour un terme maximal de 72 mois. Cette offre s'adresse à des particuliers admissibles, sur approbation du crédit par Crédit Ford du Canada Limitée. Certains clients pourraient ne pas être admissibles au taux d'intérêt annuel le plus bas. Par exemple, pour un financement à l'achat de 42 149 $ (incluant les frais de transport et du climatiseur de 2 000 $) au taux d'intérêt annuel de 0 % pendant 72 mois, la mensualité exigible est de 585,50 $ et le coût d'emprunt est de 4,60 $ (correspondant aux frais administratifs liés à l'inscription au RDPRM) pour une somme totale remboursable de 42 205,60 $ (ce montant inclut les frais du RDPRM et les frais administratifs qui y sont reliés (allant jusqu'à 52$)). Aucun versement initial requis, sur approbation du crédit par Crédit Ford. Le montant mentionné dans ce paragraphe est utilisé à titre d'exemple et n'est pas le prix de vente réel d'un véhicule. Les taxes sont exigibles sur le montant total du prix à l'achat. Toutes les offres comprennent les frais de transport et la taxe sur le climatiseur, mais ne comprennent pas les options, les frais d'immatriculation, le plein de carburant, les assurances, l'inscription au RDPRM et les frais afférents allant jusqu'à 52 $ et les taxes. Tous les prix sont basés sur le prix de détail suggéré par le constructeur (PDSC). © 2020 Ford du Canada Limitée. Tous droits réservés.