

JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES PLEINS FEUX SUR ELLES



L'importance
des services de
proximité



Vivre son rêve une
prise à la fois



AGRIMAX

- ALTERNATEUR •
- DÉMARREUR •
- UNITÉ MÉCANIQUE MOBILE •

666, ROUTE 101 SUD, GUIQUES (QC) J0Z 2G0
819-728-2323
WWW.AGRIMAX.CA

 **SERVICES PYRO-PRO**

- Extincteurs
- Premiers soins
- Sécurité incendie
- Défibrillateurs

819 723-2965
www.pyro-pro.net

ARMOIRES DISTINCTION Plus

- ARMOIRES DE CUISINE
- VANITÉS DE SALLE DE BAIN
- AMEUBLEMENT COMMERCIAL
- Comptoirs de cuisine/salle de bain
- Portes et fenêtres FENPLAST

68, des Oblats Nord
VILLE-MARIE
Tél. : 819 629-3342
Téléc. : 819 629-2532
Courriel : distinctionplus@cablevision.qc.ca
www.armoiresdistinctionplus.ca # R.B.Q. : 2968-1343-18

CHRONIQUE SPORTS



Luc Gélinas

Luc Gélinas est journaliste sportif à RDS et couvre les activités liées aux Canadiens de Montréal depuis 1992. Il a aussi signé plusieurs livres à succès au cours des dernières années, dont *Steve Bégin : ténacité, courage, leadership* ainsi que les séries jeunesse *C'est la faute à...* (Hurtubise) et *L'étonnante saison des Pumas* (Éditions Z'ailées).

On ne pourra jamais reprocher à Marc Bergevin de rester les bras croisés. Que vous l'aimiez ou pas, il faut reconnaître que le directeur-général du Canadien est un homme d'action.

Même si PK Subban était carrément idolâtré par plusieurs partisans, il n'a pas hésité à l'expédier à Nashville pour assainir son vestiaire. Il a échangé son capitaine à Vegas et Michel Therrien a été congédié alors que le Tricolore trônait au premier rang de sa division. La semaine dernière, Bergevin a posé un autre geste d'éclat en limogeant un des entraîneurs les plus respectés de la LNH pour le remplacer par Dominique Ducharme qui n'a aucune expérience à ce niveau.

Je me réjouis grandement de cette nomination. Autant il est rassurant de voir un coach avec un impressionnant curriculum vitae prendre les commandes d'une équipe, autant ça fait du bien de voir enfin du sang neuf car le petit monde de la LNH ressemble beaucoup à un country club où le copinage explique souvent bien des nominations, peu importe le poste disponible.

Dans le plus grand marché de hockey au monde, on a pour-

DROIT AU BUT

tant osé en montrant la porte à Mike Babcock pour le remplacer par Sheldon Keefe qui dirigeait le club école des Maple Leafs depuis cinq ans. À Montréal, on amène un homme qui n'a jamais été entraîneur-chef chez les professionnels mais Ducharme a gagné partout où il est passé. La dernière fois où le Canadien a posé un geste semblable, c'était en 1997. Alain Vigneault avait gagné



Dominique Ducharme : source site Web NHL

dans la LHJMQ et il avait fait ses classes comme adjoint à Ottawa. Dimanche dernier, il est devenu le neuvième entraîneur de l'histoire de la LNH à atteindre le plateau des 700 victoires. Sa nomination aura peut-être été la meilleure décision de toute la carrière de Réjean Houle.

Mais revenons à Ducharme. Les partisans risquent de le trouver un brin monotone, car devant les caméras, il n'a pas le charisme et la verve d'un Patrick

Roy ou d'un Bob Hartley. Mais dans le vestiaire, et c'est le seul endroit où ça compte, la voix du nouvel entraîneur devrait se faire entendre de façon très positive. Et si parler est important, écouter l'est tout autant. Discuter avec chacun de ses joueurs fait partie de la routine quotidienne de Ducharme et la génération actuelle a besoin de ça. C'est aussi important que la stratégie déployée. Pour bien acheter un plan de match ou accepter d'exécuter un jeu spécifique, certains joueurs doivent d'abord en comprendre la logique. Garder un athlète dans une zone grise amène énormément de questionnements, peu importe le statut au sein de l'équipe. Ducharme ne se perd

pas dans les superlatifs. Son discours est bref et il va droit au but.

Cette année, Marc Bergevin a donné une équipe très compétitive à Claude Julien. Malheureusement, il a échoué. Si Ducharme ne parvient pas à replacer pas la barque, il faudra regarder du côté de son patron... mais je mettrais volontiers un vieux deux piastres en papier que le nouvel entraîneur-chef par intérim va causer une très agréable surprise.

BMR

J. Drolet et Fils Ltée

VILLE-MARIE • MALARTIC • VAL-D'OR

Bienvenue chez-vous

11, rue des Oblats Sud, Ville-Marie
819 629-2885

www.bmr.co



PARTENAIRE DE TOUS VOS PROJETS DE CONSTRUCTION ET RÉNOVATION

100%

Québécois

UN CASSE-TÊTE POUR COMBLER LES BESOINS DE MAIN-D'ŒUVRE

Moulay Hicham Mouatadid | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Gérer la procédure d'immigration pour garantir un processus de recrutement sans difficulté est une mission de plus en plus complexe et très bureaucratique. Malgré ces démarches, des entreprises de la région et notamment du Témiscamingue n'ont pas autre choix que de devoir s'armer de patience afin d'aller chercher des employés dans les domaines en demande.

Un manque de bouchers dans la région

Chez Provigo, les gestionnaires ont été parfois obligés de réduire les heures d'ouverture de certains départements et services, et surtout d'offrir moins de variété pour les clients faute de main-d'œuvre. « J'ai essayé de chercher les profils qui nous manquent dans notre magasin depuis plusieurs années, mais je n'ai reçu aucun CV qui répond à nos besoins et attentes pour les postes vacants. Ce sont surtout les bouchers et des employés dans le département de la charcuterie dont nous avons plus le besoin », précise le propriétaire de Provigo à Ville-Marie, Denis Nolet. « J'ai engagé une firme pour me trouver cinq candidats pour les cinq postes qui me manquent, à temps plein, après entrevues, je les ai tous engagés », a-t-il ajouté.

À la conquête des soudeurs

Confrontée à une pénurie de main-d'œuvre, l'entreprise Témisko ne voyait pas d'autre option que de commencer les démarches à la recherche d'employés en dehors de la région. « Principalement, nous allons recruter des soudeurs. Afin de pourvoir ces postes, nous faisons appel aux services des firmes spécialisées », explique la directrice des ressources humaines chez Témisko, Caroline Renaud.

Devant l'incapacité d'embaucher des travailleurs de la région, l'entreprise témiscamienne Témisko a dû faire le choix d'aller recruter à l'international. « On est partis chercher des travailleurs étrangers qui demeurent déjà au Canada, qui

ont perdu leur emploi à cause de la COVID-19. Pour nous, c'était beaucoup plus rapide d'aller recruter ces gens-là puisqu'on parle d'un délai d'un mois pour pouvoir faire le transfert. Mais face à la



Caroline Renaud, directrice des ressources humaines chez Témisko

pénurie, nous étions obligés d'aller chercher au-delà de nos frontières », souligne la directrice des ressources humaines.

Plein de défis à surmonter

Les travailleurs étrangers, que Témisko recrute, viennent principalement de trois pays différents, à savoir la Colombie, le Costa Rica et le Nicaragua. « Afin de pouvoir les faire venir, il faut passer par une démarche administrative très longue et un processus de pape-rasse complexe et compliqué », poursuit-elle. « Au-delà de la phase administrative, la pénurie des logements, surtout en cette période de l'année, est un autre défi à surmonter et à gérer. Notre réalité est bien différente des travailleurs qui viennent pour des périodes saisonnières. Les nôtres viennent avec leurs familles et ils ont besoin de plus d'espace et des logements adaptés aux familles et non à des personnes pouvant vivre seules et temporairement. »

Ce n'est pas toujours positif...

« S'il y a une chose que je peux affirmer, hors de tout doute, c'est que nous avons fait le processus dans les règles de l'art. Aucun détail n'a été négligé. Nous avons eu un an pour nous préparer. Nous avons choisi de faire affaire avec une firme externe pour le recrutement, un processus qui devait être clé en main. Si j'ai un conseil à donner : si tu n'es pas prêt à mettre autant d'effort que le consultant que tu engages, ne te lance pas dans l'aventure », exprime la vice-présidente et directrice des ventes-soumissions (propriétaire) chez Cardinal, Karie Bernèche. À la suite d'un concours de circonstances et d'obligations familiales, le candidat est reparti après un mois. Comme on dit ici,

l'histoire s'est terminée en queue de poisson. Dommage quand on pense aux sommes qui ont été investies dans le processus, mais surtout au temps que nous avons mis sur ce dossier », fait-elle savoir.

Un suivi rigoureux

Les firmes intermédiaires entre les employeurs et les employés ont généralement une mission très bien définie afin de compléter leur processus de recrutement. Chaque firme a ses stratégies, la nature de sa mission et ses valeurs. « Le suivi, je le fais par moi-même, de la recherche du logement à l'arrivée des employés. La firme avec qui nous faisons affaire se limite beaucoup plus à ce qui est administratif », conclut Caroline Renaud.

LA GAULOISE

Service Take-out
nous prenons les commandes
de 11h à 20h

Suivez notre page

819 629-2917

LES SERVICES DE PROXIMITÉ DANS LA MIRE DE LA MRC

Moulay Hicham Mouatadid | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Depuis un an, la MRC a amorcé une réflexion face aux actions qu'il est possible de poser dans le milieu municipal afin d'accompagner les collectivités pour améliorer la qualité de vie des citoyens et notamment la desserte en services de proximité. Ces services, explique la MRC, peuvent être municipaux, gouvernementaux ou encore marchands. Dans le contexte où une épicerie-station-service annonce sa fermeture dans une municipalité, la question revient de l'avant. « En ce moment, la MRC accompagne les municipalités dans leur rôle et leurs responsabilités municipales, en tout respect des champs de compétences des municipalités et villes. Notre vision est à l'effet que chaque milieu est important et que les citoyens et citoyennes de chacune des municipalités ont droit à toute notre attention et qu'ils ont aussi droit à des milieux de vie de qualité. Nous souhaitons poursuivre le travail d'accompagnement, en sachant que les élus locaux sont les mieux placés pour bien connaître et comprendre les

besoins de leur population », fait savoir la préfète de la MRC de Témiscamingue, madame Claire Bolduc.

Des services municipaux peuvent être déployés

La réorganisation logistique et l'offre des services sont assujetties au contexte et aux besoins des municipalités. « Nous sommes conscients que des services municipaux variés peuvent être déployés, et l'exemple récent de la municipalité de Fugèreville, qui reprend l'église au centre du village et la transforme en bâtiment public multi-usage est très inspirant. Ou encore une municipalité qui acquiert un local et qui en fait la location pour assurer des services à sa population, comme le font Fabre avec la clinique médicale, ou encore Moffet avec le marché public », indique madame Bolduc. « Nous sommes également conscients que les services gouvernementaux peuvent difficilement être dans tous les milieux, mais que le territoire doit pouvoir bénéficier de ces services », ajoute la préfète.

Des moyens financiers disponibles

Quant aux services marchands, selon la préfète, chaque milieu doit pouvoir bénéficier de quelques-uns de ces services. Mais il est relativement complexe pour une municipalité de s'inscrire dans des services marchands directement. Ce sont donc des appuis distincts faits auprès d'organismes qui peuvent se mettre en place, comme des coopératives par exemple, comme on le voit à Rémigny, à Laforce ou à St-Eugène. « En ce moment, la MRC dispose de quelques moyens financiers afin de soutenir le travail des municipalités et villes dans la réalisation de projets dans leurs milieux. C'est le Conseil de la MRC qui détermine les conditions d'utilisation de ces sommes, et ce, à chaque année », précise-t-elle.

Obtenir du financement?

La MRC de Témiscamingue souhaite que chaque municipalité ou ville dispose de facilités ou de moyens pour répondre aux besoins de la population dans la mesure de projets possibles et réalisables. L'objectif visé est que chaque milieu puisse prendre en main son développement, avec un appui de tout le territoire. « En ce sens, nous bénéficions en ce moment d'une enveloppe du Fonds Région-Ruralité qui comporte deux volets pouvant être utiles aux municipalités. Le Volet 2 permet aux municipalités et aux OBNL de déposer des projets et d'obtenir du financement pour réaliser un projet de développement ou de service, alors que le volet 4, qui s'adresse de façon

particulière aux municipalités en voie de revitalisation, vise à initier et à soutenir une démarche active d'orientation et de développement », fait savoir Claire Bolduc.

Comprendre les besoins des clients

Le plus grand défi pour les services marchands, souligne la préfète, demeure de pouvoir répondre à tous les besoins exprimés alors que les moyens sont limités. Il nous faut donc faire preuve de beaucoup de créativité. « On a vu au cours de la pandémie la très grande importance des services marchands et des commerces de proximité dans nos milieux, c'est un engouement qu'on ne doit pas oublier, et cela implique plusieurs points. D'abord, comprendre les besoins des clients et trouver comment y répondre au mieux et simplement. Ensuite être en mesure de fidéliser ces clients et de faciliter l'accès aux commerces. Enfin, il est toujours difficile de compétitionner certaines grandes chaînes, tant sur l'offre de produits que sur le prix... certains aident plus que d'autres les petits commerces, mais cela demeure un enjeu », poursuit-elle.

« Un autre enjeu, continu, est de favoriser la diversité des offres dans chacun des milieux et de faire en sorte que chaque proposition de service soit complémentaire avec les autres et qu'aucune ne vienne nuire à une autre offre. On cherche, ce faisant, à créer une belle et bonne cohésion du territoire », conclut Claire Bolduc.



Dr Michel Chartier
Dre Vicky Caron
Chiropraticiens

14, Notre-Dame Sud
Ville-Marie (Qc) J9V 1X5
T : 819 622-0155



EXPOSITIONS

Du 12 février au 25 avril 2021

ABITIBI 360
Expérience documentaire en réalité virtuelle
Serge Bordeleau
Val-d'Or

EN SAVOIR PLUS

SHOW DE BOUCANE
Photographie
Christian Leduc
Rouyn-Noranda

EN SAVOIR PLUS




HEURES D'OUVERTURE
Mardi au Vendredi 10h à 17h
Samedi et dimanche 13h à 16h

Centre d'exposition du Rift - 42 rue Ste-Anne, Ville-Marie (QC) 819 622-1362

THÉÂTRE

| RIFT.TICKETACCES.NET | LERIFT.CA | 819 622-1362 |



Acheter un billet



COMPLÉT

LES FOUTOUKOURS
- BROTIPO -
- 8 MARS 13H30 -
EN SAVOIR PLUS

LUDOVICK BOURGEOIS
- QUE SERA MA VIE -
- 9 MARS 18H45 -
EN SAVOIR PLUS

CINÉMA

Cette semaine



FÉLIX ET LE TRÉSOR DE MORGAA
Animation

MER 3 MARS @ 18H45
JEU 4 MARS @ 13H30
VEN 5 MARS @ 18H45
Autres dates disponibles
ACHETER UN BILLET



LA DÉSÉE DES MOUCHES À FEU
Drame

SAM 13 MARS @ 18H45
MER 17 MARS @ 18H45
JEU 18 MARS @ 18H45
ACHETER UN BILLET

TARIFS CINÉMA

ADULTES 9.50\$
ÉTUDIANTS 7.50\$
ENFANTS 6.00\$
FILM EN 3D +3.00\$

6\$
POUR TOUS
MATINÉES @13h30
MERCREDI @18h45

| 32, RUE STE-ANNE | 819 629-3111 |

Pour garder
un bon moral
en pandémie

SURFER SUR LA VAGUE



Marjorie Gélinas

C'est à l'automne 2020 que France Riel, directrice générale de la Ressource d'aide et d'information en défense des droits en santé mentale en Abitibi-Témiscamingue (RAIDAT), a approché le conteur Guillaume Beaulieu pour lui demander de mettre sur pied un projet grandiose. « C'était au début de la 2^e vague et on se doutait que l'automne ne serait peut-être pas aussi facile à passer que l'été », évoque-t-il.

Le conteur est alors devenu chargé de projet – ou « Surfer créatif » – pour le RAIDAT. L'organisme, qui célèbre cette année son 30^e anniversaire, a rassemblé le financement et mobilisé les partenaires nécessaires tandis que monsieur Beaulieu a effectué les recherches, les entrevues et la réalisation du projet. Quel projet? « Surfer sur la vague », un mouvement de partage et d'inspiration pour garder un bon moral en pandémie.

Le concept est simple : recenser les trucs, les bons coups inspirants et les initiatives d'aide qui ont été mis en place un peu partout en région pour surmonter collectivement la 2^e vague de COVID-19 et les partager sous forme de capsules audio/vidéo. C'est à la mi-décembre que la diffusion des capsules a débuté sur [YouTube](#), la

page Facebook [Surfer sur la vague](#) et TVA Abitibi-Témiscamingue dans leur version vidéo, ainsi que sur les ondes de CKVM en format audio.

D'une durée de 60 secondes, chaque capsule présente une initiative unique. Par exemple, on peut y découvrir comment Christine Sirard, adjointe administrative au Provigo de Ville-Marie, a jumelé des bénévoles à des personnes âgées pour la livraison de leur épicerie jusqu'à la fin de la pandémie, ou encore comment la Maison de la famille Pour tous les Bouts de Chou de Témiscaming organise chaque semaine des activités permettant de transformer les rues de la ville en une joyeuse fourmilière où les enfants peuvent s'amuser. D'autres exemples : une ancienne suppléante au primaire qui est devenu clown dans une école pour remonter les faces basses et alléger la lourdeur ambiante, une mère de famille qui propose

à ses deux adolescents des soupers thématiques pour lesquels ils doivent se déguiser avec ce qu'ils ont sous la main, une dame

l'intérêt de les partager pour inspirer les autres.

Le projet se poursuit et prendra fin lorsque 70 à 80 capsules auront été réalisées. Ultimement, Guillaume Beaulieu consignera dans un livre les différentes actions pour les traiter un peu plus en profondeur. « La plus grande difficulté pour moi a été le format de 60 secondes », avoue-t-il. En effet, il aurait parfois voulu parler plus longuement de certains sujets. La rédaction d'un livre lui permettra donc de décrire plus amplement certaines initiatives.

Les capsules de « Surfer sur la vague » sont définitivement une petite douceur à découvrir, un baume à appliquer sur notre moral lorsque celui-ci est un peu plus bas que d'habi-

tude, pour se donner un regain d'énergie et un élan de positif. Comme l'a si bien dit Guillaume Beaulieu lors de l'entrevue qu'il nous a accordée : « si on s'imaginer surfer dessus [la vague], on a un sentiment de contrôle ». Et ça, c'est ce qui nous permettra de nous en sortir, tous ensemble.



atteinte de la maladie de Parkinson qui choisit d'utiliser son temps pour s'entraîner au piano dans le but de donner un récital à ses proches lorsque ce sera possible. Les initiatives sont variées, mais ont toutes ce point commun : garder le moral. « Elles sont aussi exportables », précise Guillaume Beaulieu. D'où

ChamPoux
ÉLECTRIQUE INC. ⚡

RBQ: 5608-5616-01

Électricité/Plomberie/Climatisation/Réfrigération

819 629-2573 78, rue Ste-Anne, Ville-Marie, QC, J9V 2B7

MOTO SPORT VILLE-MARIE
VENTE ET SERVICE : 819 629-2393

MS170

289⁹⁵ \$

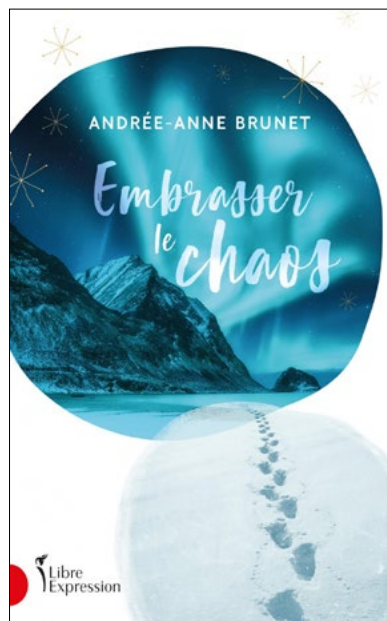
STIHL

**1132, ROUTE 101
DUHAMEL-OUEST**
www.motosportvillemarie.com



Espace Lecture

Par Amy Lachapelle



Embrasser le chaos par Andrée-Anne Brunet

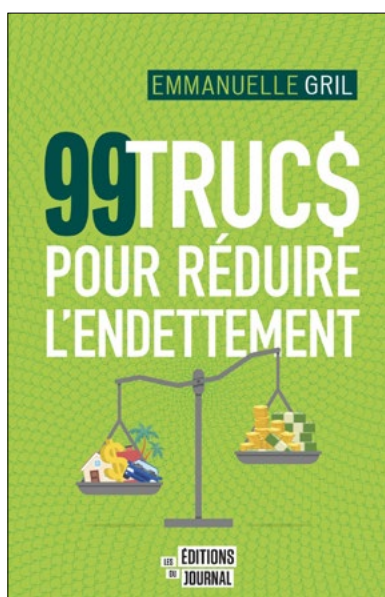
Malory vient de perdre son frère de façon tragique, alors qu'il s'est endormi au volant sa voiture. Encore engourdie par la peine, la jeune femme trouve un carnet en vidant les affaires de son frère dans son appartement. Dans ce cahier, il a noté les détails d'un voyage marquant qu'il a fait en Islande. Carnet en main, Malory se lance sur les traces de son frère, en reproduisant le même voyage que lui. Les paysages de l'Islande, son aride hiver, ses routes sinueuses, Malory apprivoise ce pays tout en tentant d'apprivoiser une bête plus grande encore : le deuil.

Dans ce roman, Malory s'adresse directement à Arnaud lors de cette épopée en solo. La colère subie par son départ précipité s'estompée. On a droit une histoire émouvante, parfois drôle et douce, qui nous rappelle que la vie n'est pas toujours rose bonbon, mais qu'elle vaut quand même la peine d'être savourée.

99 trucs pour réduire l'endettement par Emmanuelle Gril

Emmanuelle Gril est une journaliste qui s'intéresse spécialement à la question des finances. Dans cet ouvrage, elle aborde différentes facettes de l'endettement, en expliquant ses fonctionnements, ses causes et les outils disponibles pour s'en sortir. Ce guide vulgarisé peut nous permettre de prendre conscience de notre portefeuille – et de nos dettes surtout! Et comme les Canadiens ont un taux d'endettement de 177 % (incluant l'hypothèque) ce livre peut servir à presque tout le monde. Si votre santé financière est bonne, il y a clairement des sections de ce livre que vous ne consulterez pas, celles sur l'insolvabilité et la faillite, notamment.

Le livre est en effet divisé en sections, et chacun des 99 points est court (quelques pages seulement) et accompagné d'un encadré *Bon à savoir*. On y retrouve des trucs, des liens, des informations plus précises sur le sujet abordé. Cet ouvrage est un outil simple à consulter et il vous amènera certainement à réfléchir à la santé de votre portefeuille.



ACTUALITÉS

STAGES ET EMPLOIS

UN NOMBRE RECORD D'EMPLOYEURS

Moulay Hicham Mouatadid | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

La cinquième édition du salon Stages et emplois, qui s'est tenue virtuellement, a rassemblé un nombre record d'employeurs. Plusieurs chercheuses et chercheurs de stages et d'emplois de niveaux collégial et universitaire ont profité de cent kiosques virtuels d'entreprises et d'organismes lors de l'événement.

1 046 clavardages en une seule journée

Les employeurs et les organismes avaient l'occasion d'afficher un nombre illimité de postes permanents, d'offres de stage, d'offres d'emploi à temps partiel et d'été. Ils avaient également la chance de positionner leur marque comme employeur, de même que des photos, vidéos et coordonnées. « Cent employeurs ont participé au Salon virtuel. Ils ont affiché 500 offres de stages ou d'emplois, pour un total de 870 postes disponibles. Le Salon virtuel a attiré 380 visiteurs uniques, dont 205 provenant du Cégep et 175 de l'UQAT », fait savoir la directrice des affaires étudiantes et des communications du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue, Kathleen Slobodian. « Au total, 13 040 pages ont été visitées (kiosques virtuels et offres d'emplois) sur les 10 jours. Il y a eu 833 clics pour postuler pour une offre d'emploi ou de stage et 1 046 clavardages en une seule journée. »

Une pénurie de main-d'œuvre

Le directeur général du collège, Sylvain Blais a exprimé sa joie quant à la possibilité pour la relève de profiter d'une activité d'une telle envergure malgré la crise sanitaire actuelle. « La région connaît toujours une pénurie de main-d'œuvre importante dans plusieurs domaines où nous offrons une formation de grande qualité, reconnue ici comme ailleurs », a-t-il déclaré. Le Salon virtuel était accessible sur les navigateurs Google Chrome, Firefox et Edge et les chercheuses et chercheurs d'emploi avaient la possibilité d'y accéder via leur ordinateur, tablette ou téléphone intelligent. « Pour des questions de sécurité des données, le Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue précise que

les données virtuelles sont hébergées au Canada, et, bien sûr, à l'intérieur de serveurs sécuritaires.

Une satisfaction atteinte

Les organisateurs étaient très satisfaits du déroulement du salon



Kathleen Slobodian, directrice des affaires étudiantes et des communications du Cégep-AT

Stages et emplois 2021. « Nous avons 100 places disponibles et elles ont toutes été comblées. L'activité s'autofinance à 100 %. Nous pouvons observer que les étudiants ont navigué sur la plateforme virtuelle, ils ont posé leur candidature aux offres disponibles. Les résultats du sondage de satisfaction aux employeurs et aux étudiants n'étant pas encore compilés, il est difficile de se prononcer sur l'atteinte des objectifs et des améliorations à apporter », souligne la directrice des Affaires étudiantes et des communications au Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue.

« Est-ce que l'événement a répondu aux attentes des employeurs et aux besoins des étudiants? C'est ce que nous saurons prochainement, car c'est la satisfaction des participants qui fait le succès de cette édition virtuelle. Nous espérons pouvoir revenir à un Salon en présentiel en 2022 ou du moins, à une formule hybride », a-t-elle conclu.



Hamster

Services informatiques Logitem inc
votre marchand local

26H DES OBLATS NORD
Ville-Marie, Québec
J9V1J4

Tél. : 819 629-2816
Courriel: service@logitem.qc.ca



Repère la mitaine !

La MRC de Témiscamingue vous invite à repérer le **symbole de la mitaine** pour tout savoir sur la semaine de relâche au Témiscamingue !

Informier

Répertoire à jour des activités hivernales « spécial Relâche »

 Évènement Facebook « Semaine de relâche au Témiscamingue »

Blogue : Comment vivre la Relâche en 10 jours

Inspirer

Capsules vidéos tous les jours sur la page Facebook de la MRC

- Suggestions d'activités avec de petits Témiscamiens
- Suggestions lecture pour les tout-petits avec Sophie Lessard
- Projet artistique avec Émilie B. Côté
- Apprivoiser l'hiver avec Danny Lapperrière
- Concocter un chocolat chaud décadent avec Alex Patenaude



Faire plaisir

Concours photo ! Partagez votre « coup de coeur de la relâche » sur la publication Facebook et vous pourriez gagner 500\$ en prix

Début le 1er mars



À GAGNER, 1 des certificats cadeaux suivants:

- 200 \$ au Parc national d'Opémican;
- 100 \$ à La Bannik;
- 75 \$ chez Fleurs et Jardins 2000;
- 75 \$ chez L'Gros Trappeur Fourrures;
- 50 \$ au Rift.



En collaboration avec les municipalités du Témiscamingue



www.mrcstemiscamingue.org/semainederelache



Témiscamingue
Là où on vit

Wilson

Chevrolet

Buick



Venez visiter
notre site Web :
www.wilsonchevrolet.ca

100, ave. Wilson New Liskeard (Ont.)
(En face du McDonald's)

Tél. : 1 800 613-7697

Ron Desjardins et Richard Beauchamp

Service : Justin Breault

Depuis le 30 juin
**Votre journal
dans votre
casier postal**



**Abonnement
annuel de
75\$ + taxes**

Revient à seulement 1⁵⁰\$ / semaine

Contactez-nous

✉ reflet@journallereflet.com

☎ 819 622-1313



ONTARIO

L'HÔPITAL DE TEMISKAMING OBTIENT LA DÉSIGNATION DE NIVEAU 1 AU CANADA

Moulay Hicham Mouatadid | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

L'hôpital Temiskaming a été désigné comme hôpital de niveau 1, à choisir avec soin, au Canada. Cette désignation est accordée aux hôpitaux qui se sont engagés à lutter contre les tests et les traitements inutiles. Cette distinction témoigne de la qualité des soins les plus sûrs et de meilleurs services offerts aux patients. L'hôpital de Temiskaming est l'un des 18 hôpitaux canadiens et des 13 hôpitaux de l'Ontario à recevoir une telle désignation de niveau 1.

Une reconnaissance pour les professionnels de la santé

Les tests et les traitements inutiles constituent un problème omniprésent dans les soins de santé et entraînent souvent une augmentation du temps d'attente pour les patients. Cette désignation reconnaît les efforts déployés par les professionnels de la santé pour améliorer les services à l'hôpital Temiskaming et les soins accordés à ses patients. « L'Hôpital de Temiskaming accorde une grande importance aux initiatives d'amélioration de la qualité pour soutenir la prestation de soins fondés sur des données probantes », soutient la directrice des soins infirmiers et directrice des soins aux patients l'hôpital de Temiskaming, Erin Montgomery.

Un autre objectif fixé

Cette désignation, qui comporte

plusieurs d'autres niveaux, incite les professionnels et les employés de l'Hôpital de Temiskaming à continuer leur bel engagement sur cette voie de qualité. D'ailleurs, leur prochain objectif est d'obtenir une désignation de niveau 2 d'ici le 31 mars 2022. « Avec le soutien du Conseil de la qualité et de la sécurité des patients de l'hôpital, du Comité de la qualité des soins, du Comité consultatif médical et du Comité de planification de la qualité et des services, l'Hôpital Temiskaming s'est engagé à obtenir cette désignation au niveau canadien. Je tiens à féliciter toute notre équipe et les membres pour leurs efforts au cours des derniers mois », souligne madame Montgomery.

Un travail fort et homogène

Le président et chef de la direction de l'hôpital de Temiskaming, Mike Baker, a exprimé sa fierté quant à l'obtention de cette distinction. « La force de notre équipe à l'hôpital de Temiskaming réside dans la façon dont nous travaillons ensemble pour développer des solutions. Les médecins, le personnel clinique et l'administration ont travaillé ensemble pour l'obtention de cette désignation reconnue à l'échelle nationale et qui permettra de continuer à améliorer directement les soins aux patients pour notre communauté », a-t-il conclu.



**POUR
D'AUTRES
NOUVELLES**



WWW.JOURNALLEREFLET.COM



« ENGAGEZ-VOUS POUR LE COMMUNAUTAIRE »

Moulay Hicham Mouatadid | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Dans le cadre de la Journée santé et ressourcement pour le communautaire, la Concertation régionale des organismes communautaires de l'Abitibi-Témiscamingue (CROC-AT) a participé, avec cinq autres régions, à un Zoom interrégional afin de souligner la campagne « Engagez-vous pour le communautaire » ainsi que pour la journée mondiale de la justice sociale.

Un salon santé et ressourcement

L'animation de la rencontre était assurée par l'artiste québécois Yves Lambert pour divertir tout en musique et en conte ce moment privilégié. « Au niveau de l'Abitibi-Témiscamingue, le comité mobilisation de la région a organisé un salon santé et ressourcement pour le milieu communautaire de manière virtuelle », a déclaré David-

du filet social, pendant la pandémie de la COVID-19. La journée santé et ressourcement pour le communautaire pour souligner leur rôle et la grande valeur ajoutée de ces organismes dans la vie de tous les jours. « Plusieurs activités ont eu lieu : un conteur sur l'heure du midi, une séance d'étirement ergonomique, une conférence sur l'épuisement professionnel, une séance de yoga et d'art-thérapie », fait savoir monsieur Desrosiers.

Un moment pour recharger leur batterie

Pour souligner à leur façon la Journée mondiale pour la justice sociale, six regroupements régionaux d'organismes communautaires autonomes se sont mobilisés afin de créer une



Comité organisateur -CROC-AT

Alexandre Desrosiers de la CROC-AT. Les participants à cette grande rencontre ont également pris le temps d'échanger d'anecdotes cocasses ainsi que de belles expériences vécues dans les organismes.

L'enjeu de l'épuisement professionnel

Le contexte de la pandémie a démontré comment le rôle des organismes communautaires est très important et comment ils ont tenu à bout de bras une partie importante

journée de ressourcement pour ces artisan(e)s qui visent à améliorer la qualité de vie dans leur communauté. Partout au Québec, des actions ont eu lieu, dans le cadre de la campagne « Engagez-vous pour le communautaire ». « Il était important pour nous que les travailleuses et les travailleurs du mouvement prennent un moment pour recharger leur batterie. C'est notre façon de leur montrer à quel point elles et ils font la différence au quotidien dans leur communauté », a-t-il conclu.



Êtes-vous un·e entrepreneur·e INNOVANT·E?

INNOVER permet d'attirer et de maintenir la main-d'oeuvre

Grande enquête sur les PME québécoises et l'innovation en temps de pandémie



INNOVER favorise l'augmentation de la productivité



Toutes les entreprises du Témiscamingue peuvent innover!

GRATUIT
WEBINAIRE INNOVATION

Faire autrement
et de façon durable
c'est payant!

10 mars
12 h à 13 h

RÉSERVATION
eventbrite

webinaireinnovation.eventbrite.ca



conférencier
Marc Journeault

Ph. D., CPA, CMA
FSA ULaval

formateur, mentor et spécialiste
en développement durable
auprès des entreprises

POUR INFORMATION

France Grenier
conseillère aux entreprises
Société de développement
du Témiscamingue
franceg@lasdt.com

SOCIÉTÉ DE DÉVELOPPEMENT
DU TÉMISCAMINGUE



LE NOUVEL APPAREIL IRM DE L'HÔPITAL D'AMOS BIENTÔT EN OPÉRATION

La députée d'Abitibi-Ouest, Suzanne Blais, annonce, au nom du ministre de la Santé et des Services sociaux, Christian Dubé, que l'appareil d'imagerie par résonance magnétique (IRM) de l'Hôpital d'Amos a été livré au cours des derniers jours et que les premiers usagers pourront ainsi bientôt en bénéficier. Au cours des prochaines semaines, les travaux pour la mise en place de l'appareil seront finalisés et une formation sera donnée au personnel. Il est prévu que la clientèle puisse utiliser le nouvel IRM fixe dès avril 2021.

L'installation d'un appareil d'IRM fixe contribuera grandement à la qualité des diagnostics auprès des patients. Il s'agit d'un examen médical qui utilise un champ magnétique et des radiofréquences qui permettent de générer des images très précises, en 2D ou en 3D, des parties du corps et organes internes, tels que le cerveau, la colonne, les articulations, l'abdomen, les seins, etc. Cet examen diagnostique permet notamment de favoriser une détection précoce du cancer, ce qui est essentiel pour intervenir de manière mieux ciblée et plus efficace. Les usagers des services en orthopédie en bénéficieront également, particulièrement lors de complications à la suite d'opérations qui nécessitent un examen d'IRM. Les patients n'auront donc plus à être transférés vers un autre site, ce qui cause des délais et augmente grandement les risques de séquelles permanentes.

« Je suis le projet de l'IRM fixe à l'Hôpital d'Amos de près depuis le tout début, et je suis très fière de le voir enfin se concrétiser. L'installation

définitive de l'appareil d'IRM à Amos présentera de nombreux avantages pour les usagers, dans une région où un des grands enjeux est d'ordre géographique. Je tiens à souligner les efforts de tous ceux et celles qui ont travaillé à la réalisation de ce projet d'une grande importance pour les gens d'ici », a mentionné Suzanne Blais, députée d'Abitibi-Ouest.

« Offrir des soins et des services de proximité dans l'ensemble des régions du Québec est une priorité pour notre gouvernement, et c'est pourquoi nous avons soutenu la mise en place d'un IRM fixe à Amos. Je sais qu'il s'agit d'une initiative attendue depuis fort longtemps par les usagers de la région. Les patients en attente d'un diagnostic méritent d'avoir accès rapidement à ces examens essentiels à une intervention mieux ciblée et efficace par la suite », a ajouté Christian Dubé, ministre de la Santé et des Services sociaux.

Le coût total du projet est de 8,1 M\$. Jusqu'à maintenant, une unité mobile était partagée entre les divers sites de la région. Au cours des dernières années, le Centre de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue (CISSS) a procédé à une démarche d'analyse afin de revoir le modèle d'organisation des services d'IRM, dans un objectif d'amélioration de l'accès, de réponse aux besoins actuels et futurs de la population et de gain d'efficacité dans l'utilisation des ressources.

SOURCE Cabinet du ministre de la Santé et des Services sociaux

ET ON DÉJEUNE

UN GROUPE FÉMININ TÉMISCABITIBIEN

« Et on déjeune » est un groupe musical formé entièrement de femmes témiscabitiennes. Étant impossible de les caser dans un style musical existant, elles ont décidé de créer leur propre style : l'*Oestro-prog alt-indie*.

Depuis leur formation en 2019, les cinq musiciennes ont accumulé plusieurs chansons originales qu'elles sont fin prêtes à présenter au public. Dans ces temps incertains pour l'organisation de spectacles, elles ont décidé de partager leurs créations en enregistrant un EP et un vidéoclip. Et ça...ça coûte un peu plus cher qu'un spectacle acoustique au bar du coin!

C'est pourquoi elles lancent aujourd'hui une ambitieuse campagne de sociofinancement visant à récolter 15 000 \$. Les fonds amassés seront utilisés pour engager des artisans de la région, autant pour la prise de son, le *mastering* que la réalisation du vidéoclip.

En échange de leur participation, les donateurs pourront entre autres recevoir le EP numérique, aller déjeuner avec le groupe ou recevoir un spectacle exclusif dans leur cour. Parallèlement, le band est en résidence de création à l'Agora des Arts pour travailler à

la mise en scène de leur premier spectacle. Après cinq jours de travail en février, elles seront de retour sur place en mars et en avril pour poursuivre l'exploration.

Et on déjeune est composé de : Julie Mercier - Chant, mélo-



dica, flûte à coulisse
Véronique Aubin - Clavier,
accordéon, bass, back vocal
Mélissa Delage - Guitar,
bass, drum, back vocal
Lou Raphaëlle Paul Allaire -
Violon, beatmaker, back vocal
Alix Harrison-Côté - Drum, back vocal

Campagne de sociofinancement : <https://igg.me/at/etondejeune>
Page Facebook : <https://www.facebook.com/etondejeune>

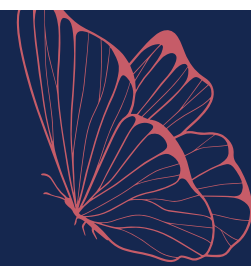
Pourquoi

manque-t-il tant de ressources intermédiaires et de type familial en Abitibi-Témiscamingue-Nord-du-Québec ?

Connaissez-vous une autre profession pour laquelle efficacité rime avec rémunération diminuée? Plus les services et les soins offerts aux usagers sont efficaces, plus cela diminue leur classification et, donc, notre rétribution!



www.fsss.qc.ca | FSSSCSN



L'équipe du Reflet est immensément fière de vous présenter l'édition 2021 de son Cahier des femmes, pour souligner la **Journée internationale des femmes**, qui a lieu annuellement le **8 mars**. Dans ce numéro spécialement dédié aux femmes qui contribuent à l'épanouissement de notre communauté, nous souhaitons mettre en lumière les visages de celles qui nous enseignent, nous soignent, nous prodiguent leurs conseils, nous émerveillent et nous inspirent.

Chaque femme qui revendique sa place et ses droits permet de faire évoluer notre société. Chaque femme qui a l'audace de réaliser ses rêves et de mener à bien ses projets contribue à changer les mentalités et à redéfinir la place qu'occupe la femme dans le monde.

Avec l'année que nous venons tous de traverser, nous avons voulu aller encore plus loin, leur accorder une place encore plus importante et leur témoigner notre reconnaissance pour tout ce qu'elles ont accompli et continuent d'accomplir. Depuis le début de la pandémie, elles ont retroussé leurs manches et se sont engagées à donner le meilleur d'elles-mêmes, parfois au détriment de leur propre santé, afin d'aider leur communauté à traverser cette crise sans précédent. Nous les avons vu se mobiliser, lancer des initiatives d'aide et accepter de relever des défis souvent bien au-delà de leur zone de confort pour permettre au plus grand nombre de s'en sortir un peu plus, un peu mieux.

Merci à toutes pour votre engagement, pour votre passion et pour votre dévouement. Merci également à celles et ceux qui nous ont permis la réalisation de ce numéro spécial dédié à toutes les Témiscamiennes, ainsi qu'à toutes les femmes d'exception qui font que ce monde tourne un peu plus rond.

Bonne lecture!



Journée de la Femme ou Journée Internationale des Femmes

Afin de comprendre l'importance de nommer cette journée avec toute l'ampleur qu'elle mérite, il faut connaître l'origine de La journée internationale des femmes. Au Québec, on la célèbre depuis la fin des années 60. Le 8 mars 1971, le Front de libération des femmes lance officiellement une campagne nationale pour l'avortement libre et gratuit. Les groupes de femmes, les syndicats et les groupes communautaires concourent également à faire du « 8 mars » une manifestation annuelle. Les luttes contre la discrimination, revendications sociales et économiques ou conditions de travail sont des sujets avancés sur la place publique depuis toutes ces années. En 1977, l'ONU adopte une résolution pour inviter chaque pays de la planète à consacrer une journée à la célébration des droits des femmes et de la paix internationale.

Au Témiscamingue c'est la 39^e année qu'on reconnaît et qu'on souligne les réalisations sociales, économiques, culturelles et politiques des femmes et où l'on sensibilise le public au travail qui reste à faire. Pourtant, les nombreuses revendications portées par les femmes depuis des décennies ne sont toujours pas entendues et la pandémie a révélé à quel point le progrès constaté était fragile et précaire. La pandémie a mis en évidence la nécessité d'agir. Parlez-en à celles qui sont au front, les infirmières, les préposées, les enseignantes, les proches aidantes, les caissières, les éducatrices de la petite enfance. Les femmes occupent encore majoritairement les métiers les plus précarisant. Quand on nomme la Journée de la femme, on minimise l'importance de cette solidarité, notre force d'agir ensemble pour une même cause, celle des femmes. Lorsqu'on améliore les conditions de vie et de travail des femmes, on améliore celles de toute la société.

« Vous êtes fortes, audacieuses et inspirantes. À toutes ces pionnières qui ont pavé notre chemin, merci d'avoir fait de notre région, une région inclusive, accueillante et innovante. »

ÉMILISE LESSARD-THERRIEN
DÉPUTÉE DE ROUYN-NORANDA-TÉMISCAMINGUE



✉ Emilise.Lessard-Therrien.RNT@assnat.qc.ca

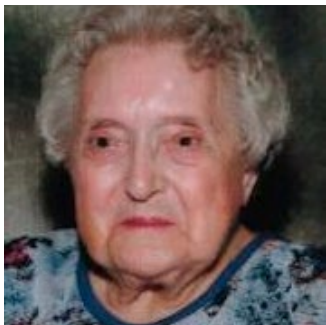
☎ 819 763-3047 (Rouyn-Noranda)
819 629-2328 (Ville-Marie)

HOMMAGE À DES PIONNIÈRES

Dominique Roy

Le Témiscamingue est riche de son histoire et de ses pionnières. Des femmes, que l'on qualifierait aujourd'hui de *superwomen*, ont contribué à la création, à la vitalité et à l'essor de la région. Aujourd'hui, même si elles ne sont plus de ce monde, leurs accomplissements méritent d'être soulignés. Voici donc le portrait de trois de ces femmes qui ont laissé une marque indélébile dans l'histoire du Témiscamingue.

Marie Tétreault Paradis

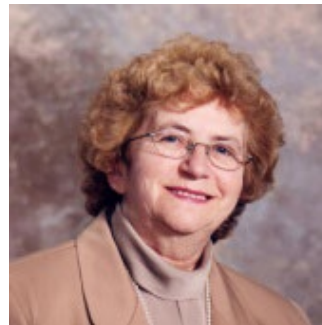


C'est en 2010 que s'est éteinte madame Tétreault Paradis, âgée de 98 ans. Il s'agit là d'un repos bien mérité pour cette femme qui a donné naissance à 20 enfants, dont un couple de jumelles qui est décédé à la naissance. Née en 1911 à Laverlochère, c'est d'abord auprès de sa mère que Marie fait ses études étant donné la distance qui la sépare de l'école du village. Très jeune, elle étudie aussi la musique au Couvent des Sœurs à Lorrainville. Elle s'y rend seule, attelant son cheval, beau temps mauvais temps. Dès l'âge de 12 ans, elle devient organiste à l'église de Laverlochère, une implication paroissiale assez exigeante pour une jeune adolescente et pour laquelle elle se dévoue pendant de nombreuses années. Le mariage et ses dix-huit enfants ne l'arrêtent pas. Elle assume sa fonction d'organiste tout en s'adonnant à l'artisanat : couture, tissage, tricot, etc. Elle conjugue habilement famille nombreuse et impli-

cation sociale. Organiste à 12 ans... 18 enfants... Voilà une Témiscamienne au vécu hors de l'ordinaire!

Source : *Livre du centenaire de Laverlochère*

Thérèse Laverdière Beauregard



Au Québec, l'intégration des femmes dans les métiers traditionnellement masculins est maintenant chose courante, mais pour en arriver à ce changement d'attitudes, de tendances et de valeurs,

des femmes, fortes et déterminées, ont contribué à paver cette voie. Béarn peut se vanter d'avoir dans ses rangs une de ces battantes. En 1967, Thérèse Laverdière Beauregard, veuve et mère de 12 enfants, avait besoin d'un travail pour subvenir aux besoins de sa famille. Elle décida donc de suivre quelques formations à l'école des adultes contre rémunération. Ensuite, elle s'inscrivit à une formation en soudure. Son inscription fut refusée. Ne reculant devant rien, elle communiqua avec le député créditiste de l'époque, monsieur Réal Caouette, qui fit les démarches nécessaires. Résultat concluant : elle put suivre sa formation. Par la suite, voulant travailler l'été, elle fut tentée par le métier de signaleur pour la voirie. Sa demande d'emploi fut refusée. Monsieur Réal Caouette, sollicité de nouveau, réussit une fois de plus à faire admettre cette femme dans un monde autrefois réservé exclusivement aux hommes. C'est grâce à la volonté de femmes comme Thérèse

Sandra Doherty

Sandra est une fière entrepreneure, propriétaire de Mouton Frileux à Lorrainville, spécialisée dans la confection de tuques et vêtements pour tous. Elle est aussi enseignante à l'école de Fabre en maternelle. Bien sûr Sandra est aussi la mère de 7 beaux enfants, elle est également une citoyenne impliquée faisant partie du Comité événementiel de Lorrainville depuis 5 ans. Bravo Sandra pour ton travail et ton implication.

Ta famille qui t'aime fort!



CLAIRE BOLDUC, PRÉFÈTE

PERSONNE INSPIRANTE... COMMUNICATRICE HORS PAIR...
FEMME DE TÊTE OUI, MAIS FEMME DE COEUR AVANT TOUT !
MERCI CLAIRE DE PENSER À DES FAÇONS NOUVELLES ET
DIFFÉRENTES D'ABORDER LE TÉMISCAMINGUE, TA
PERSPECTIVE UNIQUE EST UN ATOUT FORMIDABLE POUR
NOTRE TERRITOIRE.



QUI ONT PAVÉ LA VOIE

Laverdière Beauregard que les portes se sont ouvertes, que les formations et les métiers sont devenus de moins en moins genrés.

Source : Livre du centenaire de Béarn

Hélène Gaudet Lessard

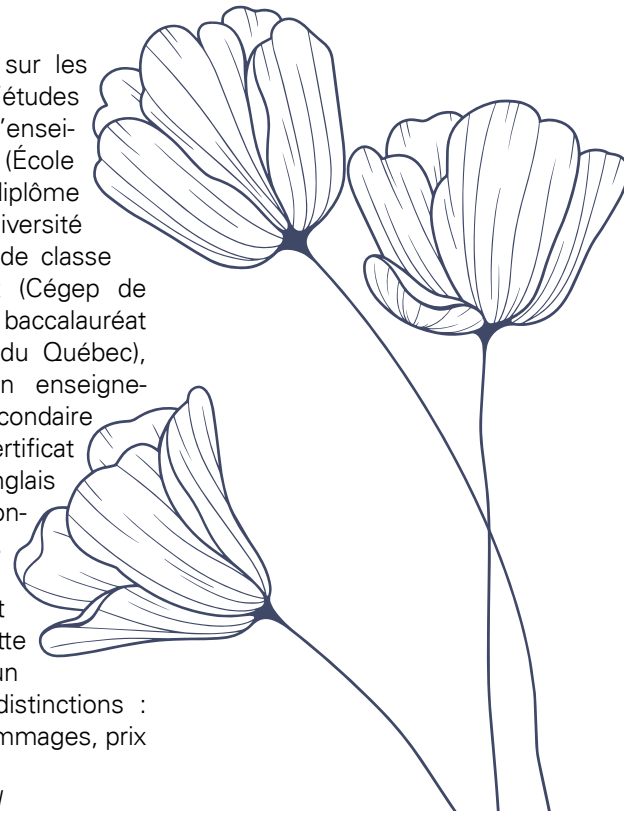


Née en 1929 et décédée en 2019, Hélène Gaudet Lessard fait partie de ces Témiscamiennes dont le nom est gravé à tout jamais dans l'histoire de la région en raison de ses nombreuses occupations :

carrière florissante dans le domaine de l'éducation comme enseignante, directrice, chargée de cours et conseillère pédagogique, professeure de chant, de musique et de couture, propriétaire de deux magasins de textiles et de couture, pigiste pour Le Témiscamien, Le Reffet et La Frontière, auteure, lectrice d'épreuve, etc. À travers toutes ses obligations professionnelles, ses implications furent très nombreuses : Jeunesses Musicales du Canada, Orchestre symphonique régional, Chœurs du Témiscamingue, Filles d'Isabelle, Société d'Histoire du Témiscamingue, Jeunes Voyageurs, Corporation Augustin-Chénier, Rift, Association des parents d'enfants handicapés, Société nationale des Québécois de l'Abitibi-Témiscamingue et du Nord-du-Québec ne sont que quelques exemples d'organisations dans lesquelles elle s'est impliquée. C'est aussi une femme qui a cumulé plusieurs diplômes à une époque où la femme commençait tout

juste à prendre sa place sur les bancs des institutions d'études supérieures : diplôme d'enseignement à l'élémentaire (École normale de Ville-Marie), diplôme supérieur en musique (Université Laval de Québec), brevet de classe « A » en enseignement (Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue), baccalauréat en pédagogie (Université du Québec), baccalauréat spécialisé en enseignement du français au secondaire (Université du Québec), certificat pour l'enseignement de l'anglais langue seconde au secondaire (Université McGill). Bien sûr, le parcours d'Hélène Gaudet Lessard n'est pas passé inaperçu et cette femme aux mille et un talents a reçu plusieurs distinctions : présidences d'honneur, hommages, prix et mentions d'honneur.

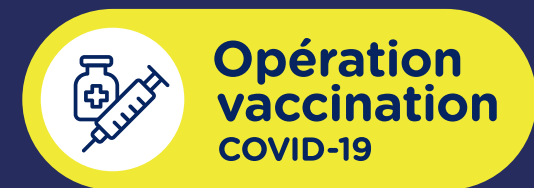
Source : Monique Lessard



L'Éden Rouge tient à souligner l'apport
exceptionnel des femmes au sein de son équipe de travail!
Merci pour votre force, votre leadership et votre dynamisme.
Bonne journée internationale des femmes 2021!



On a tous de bonnes questions sur la vaccination



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

La campagne de vaccination contre la COVID-19 en cours vise à prévenir les complications graves et les décès liés à la COVID-19. Par la vaccination, on cherche à protéger notre système de santé et à permettre un retour à une vie plus normale.

Quand la vaccination a-t-elle commencé?

La vaccination contre la COVID-19 a débuté au Québec dès la réception des premières doses en décembre 2020. Puisque la disponibilité des vaccins est restreinte, certains groupes plus à risque de développer des complications liées à la COVID-19 sont vaccinés en priorité. À mesure que les vaccins seront disponibles au Canada, la vaccination sera élargie à d'autres groupes.

Ordre de priorité des groupes à vacciner

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

Quelle est la stratégie d'approvisionnement des vaccins?

Le gouvernement du Canada a signé des accords d'achats anticipés pour sept vaccins prometteurs contre la COVID-19 auprès des compagnies suivantes: AstraZeneca, Johnson & Johnson, Medicago, Moderna, Novavax, Pfizer et Sanofi Pasteur/GlaxoSmithKline. Ces achats sont conditionnels à l'autorisation des vaccins par Santé Canada.

À ce jour, les vaccins des compagnies Pfizer et Moderna ont obtenu l'autorisation d'être distribués au Canada. Des vaccins de plus d'une compagnie seront utilisés afin d'accélérer la vaccination contre la COVID-19.

Quels types de vaccins contre la COVID-19 sont étudiés?

Trois types de vaccins font l'objet d'études à l'heure actuelle.

- 1 **Vaccins à ARN:** Ces vaccins contiennent une partie d'ARN du virus qui possède le mode d'emploi pour fabriquer la protéine S située à la surface du virus. Une fois l'ARN messenger à l'intérieur de nos cellules, celles-ci fabriquent des protéines semblables à celles qui se trouvent à la surface du virus grâce au mode d'emploi fourni par l'ARN messenger. Notre système immunitaire reconnaît que cette protéine est étrangère et produit des anticorps pour se défendre contre elle. Le fragment d'ARN est rapidement détruit par les cellules. Il n'y a aucun risque que cet ARN modifie nos gènes.
- 2 **Vaccins à vecteurs viraux:** Ils contiennent une version affaiblie d'un virus inoffensif pour l'humain dans lequel une partie de la recette du virus de la COVID-19 a été introduite. Une fois dans le corps, le vaccin entre dans nos cellules et lui donne des instructions pour fabriquer la protéine S. Notre système immunitaire reconnaît que cette protéine est étrangère et produit des anticorps pour se défendre contre elle.
- 3 **Vaccins à base de protéines:** Ils contiennent des fragments non infectieux de protéines qui imitent l'enveloppe du virus. Notre système immunitaire reconnaît que cette protéine est étrangère et produit des anticorps pour se défendre contre elle.

Le vaccin à ARN messenger peut-il modifier notre code génétique?

Non. L'ARN messenger n'entre pas dans le noyau de la cellule et n'a aucun contact avec l'ADN qui y est contenu. Il ne peut donc y apporter aucun changement.

Comment le vaccin agit-il?

Lorsqu'une personne reçoit un vaccin contre le virus qui cause la COVID-19, son corps prépare sa défense contre ce virus. Une réaction immunitaire se produit, ce qui permet de neutraliser le virus en produisant des anticorps et en activant d'autres cellules de défense. La vaccination est une façon naturelle de préparer notre corps à se défendre contre les microbes qu'il pourrait rencontrer.

La plupart des vaccins en développement contre la COVID-19 favorisent la production d'anticorps pour bloquer la protéine S, la protéine qui permet au virus d'infecter le corps humain. En bloquant la protéine S, le vaccin empêche le virus d'entrer dans les cellules humaines et de les infecter.

Le virus qui cause la COVID-19 est composé d'un brin de matériel génétique, l'ARN (acide ribonucléique), entouré d'une enveloppe. À la surface du virus, on trouve des protéines, dont la protéine S (spicule) qui lui donne sa forme en couronne, d'où son nom, coronavirus.



Quels sont les effets secondaires du vaccin contre la COVID-19?

Des symptômes peuvent apparaître à la suite de la vaccination, par exemple une rougeur ou de la douleur à l'endroit de l'injection, de la fatigue, de la fièvre et des frissons. Moins fréquentes chez les personnes âgées de plus de 55 ans, ces réactions sont généralement bénignes et de courte durée.

À ce jour, aucun effet indésirable grave n'a été identifié avec les vaccins à base d'ARN. D'autres problèmes, qui n'ont aucun lien avec le vaccin, peuvent survenir par hasard (ex.: un rhume ou une gastro).

Le vaccin ne peut pas causer la COVID-19, car il ne contient pas le virus SRAS-Co-V2, responsable de la maladie. Par contre, une personne qui a été en contact avec le virus durant les jours précédant la vaccination ou dans les 14 jours suivant la vaccination pourrait quand même développer des symptômes et contracter la COVID-19.

Il est important de continuer d'appliquer les mesures sanitaires jusqu'à ce qu'une majorité de la population ait été vaccinée.

Pourquoi a-t-il fallu 40 ans pour développer un vaccin contre la grippe, et seulement 9 mois pour en fabriquer un contre la COVID-19?

Les efforts déployés par le passé, notamment lors de l'épidémie de SRAS en 2003, ont permis de faire avancer la recherche sur les vaccins contre les coronavirus et d'accélérer la lutte contre la COVID-19.

Actuellement, près d'une cinquantaine de vaccins contre la COVID-19 font l'objet d'essais cliniques partout dans le monde — fruit d'une collaboration scientifique sans précédent. Pour favoriser le développement rapide des vaccins dans le respect des exigences réglementaires, des ressources humaines et financières considérables ont été investies.

Les autorités de santé publique et réglementaires de plusieurs pays, dont le Canada, travaillent activement pour s'assurer qu'un plus grand nombre de vaccins sécuritaires et efficaces contre la COVID-19 soient disponibles le plus rapidement possible.

Pourquoi faut-il deux doses de vaccin?

La deuxième dose sert surtout à assurer une protection à long terme. Dans le contexte actuel de propagation très élevée de la COVID-19, l'administration de la deuxième dose peut être reportée afin de permettre à plus de gens d'être vaccinés.

Québec.ca/vaccinCOVID

1 877 644-4545

Québec

Hommage à une femme impliquée dans sa communauté



Femme de l'ombre, **Carmen Denis** fait son chemin depuis plusieurs années comme bénévole à Notre-Dame-du-Nord. On a qu'à penser à son implication dans le club de patinage artistique «Les Silhouettes», comme responsable de la bibliothèque depuis 35 ans, responsable de l'Éducation populaire depuis 25 ans, et finalement, responsable du club d'artisanat depuis 15 ans. Toutes ces responsabilités, elle les a partagées entre son métier d'enseignante, ainsi que ses rôles de mère, conjointe et grand-maman. Sans tambour, ni trompette, elle a su donner de son temps et jongler avec sa vie familiale.

C'est pourquoi, aujourd'hui, les membres du conseil municipal et la population de Notre-Dame-du-Nord veulent te remercier pour avoir concilié ta vie de femme, de mère et de bénévole.

Un exemple à suivre d'une personne dynamique et discrète!



CHRISTELLE RIVEST



FEMME INSPIRANTE... EMPLOYÉE DÉVOUÉE ET ENGAGÉE...
TOUT UN CHEMINEMENT SCOLAIRE POUR L'OBTENTION DE
SON TITRE D'ÉVALUATEUR AGRÉÉE, TU AS TOUTE NOTRE
ADMIRATION CHRISTELLE POUR TON PARCOURS DES
DERNIÈRES ANNÉES....



« Au-delà d'une signature ! »

 **MAYER ORR**
NOTAIRES

Me Mélanie Mayer LL.B. D.D.N.
melanie.mayer@notarius.net
Me Annie G. Orr LL.B. D.D.N.
annie.orr@notarius.net

18, rue des Oblats Nord
Ville-Marie (Québec) J9V 1J3
Tél. : 819 629-3636
Télec. : 819 629-3637

Qu'est-ce qu'une femme inspirante?



C'est une femme qui fait tomber les préjugés, se bat pour améliorer ses conditions et fait preuve d'une générosité sans limite. Pour Témiscaming, ces qualités appartiennent à **madame Nicole Rochon**. Madame Rochon n'est pas seulement l'ancienne mairesse de Témiscaming, elle est encore plus. Épouse de monsieur Jacques Rochon, maman de trois enfants et grand-maman de 6 petits-enfants et un à venir.



Ce qui fait d'elle une femme exceptionnelle est son implication dans plusieurs comités et organismes. Elle fut membre du comité d'administration du Musée de la Gare, la Fondation des auxiliaires de Témiscaming et même Guide pour les Jeannettes! Elle a également généreusement donné de son temps aux jeux du Québec régionaux qui avait eu lieu à Témiscaming en 2006 et en 2011.

Aujourd'hui, elle siège sur le comité d'administration de l'organisme Place au Soleil. Durant la pandémie, elle a su retrousser ses manches comme plusieurs bénévoles afin de venir en aide aux plus démunis.

Dans sa vie politique, elle fut aussi membre du conseil municipal en tant que conseillère de novembre 2005 à novembre 2013. C'est en novembre 2013 qu'elle devient la première femme mairesse de Témiscaming! Quel accomplissement et quel bel exemple pour toutes les femmes de Témiscaming.

Elle a siégé sur plusieurs comités au sein de la Ville et de la MRC. Elle avait à cœur sa communauté et il n'y avait jamais assez d'heures dans sa semaine pour pouvoir tout faire. Son implication et son dévouement à la réalisation du projet de l'épicerie IGA fut l'un des plus marquant puisqu'on s'en souviendra bien, les citoyens du secteur sud ont été deux ans sans épicerie.

Madame Rochon a également participé à la réalisation du projet du Centre communautaire, la réalisation des phases I et II des Résidences Témiscaming, elle siège présentement sur le comité pour la réalisation de la phase III des Résidences.

Comme vous pouvez en conclure, cette femme inspirante n'a pas fini de nous surprendre avec sa force, sa motivation et sa générosité. Nous sommes fiers de la compter parmi nous à Témiscaming!

France, une fonceuse!



Le Reflet : - Nommez-moi une femme inspirante de votre communauté.

Nous : - Facile...!

La municipalité de cantons unis de Latulipe-et-Gaboury souhaite offrir à l'occasion de la Journée internationale de la Femme, un vibrant hommage à une citoyenne pétillante de vie, **Madame France Marion**.

Latulipienne d'adoption et de cœur, France Marion ne cesse, depuis de nombreuses années, de s'impliquer pour et dans sa communauté.

S'introduisant à la politique municipale en tant que conseillère pendant plusieurs années, elle est, en 2017, la première femme ayant osé poser sa candidature à la mairie de Latulipe, ça prend du courage, pas rien qu'un peu!

Engagée dans différents comités comme La Fête au Village, Coup de cœur forêt, la Fête des Tuques, le jumelage Brocas-France, faisant du théâtre, un projet en tête et puis un autre, elle adore innover et dynamiser son milieu! En tant que mairesse, elle aimait être présente auprès de tous les citoyens, et ce, des plus jeunes aux plus âgés.

Mère de trois jeunes enfants, France Marion débute en 2001 un bac en enseignement. Après plusieurs allers-retours quotidiens à Rouyn-Noranda, elle devient une enseignante dévouée à l'école primaire Marie-Immaculée.

Parlez-lui de sa classe, ses yeux brilleront de tous feux! En effet, France est appréciée de ses élèves avec lesquels elle établit rapidement un lien de confiance. Grâce à sa belle énergie, elle enseigne avec passion, rassemble et croit en la réussite de tous. Elle travaille vigoureusement pour offrir un milieu d'apprentissage agréable et un avenir meilleur à tous ces élèves.

Un avenir meilleur qu'elle construit quotidiennement par des gestes concrets mués par ses convictions sociales et écologiques.

France Marion, nous te remercions d'être cette concitoyenne si positive et vivante qui nous transmet aisément le bonheur et le désir de mordre dans la vie à pleines dents.





ISABELLE CODERRE

MAMAN ATTENTIONNÉE ET VÉRITABLE PILIER POUR LA FAMILLE... ENSEIGNANTE ET DIRECTRICE D'ÉCOLE DÉVOUÉE AUX ENFANTS... ÉLUE ENGAGÉE AUPRÈS DE SES CITOYENS-CITOYENNES... BRAVO ISABELLE D'ÊTRE UN MODÈLE DE PERSÉVÉRANCE EN CONCILIANT TOUS CES RÔLES...

Des femmes impliquées à Nédélec



Danielle Pelchat
conseillère



Isabelle Tremblay
conseillère



Annie Parent
conseillère



Lise Dénommé
Soutien à l'administration et au développement



Natalie Arsenault
Directrice générale



Lyne Ash
Mairesse

ELLES

pleins feux sur

#RELANCEFÉMINISTE

Le 8 mars, Journée internationale des femmes, est le jour où l'on reconnaît et l'on souligne, à l'échelle mondiale, les réalisations sociales, économiques, culturelles et politiques des femmes et des filles, et où l'on sensibilise le public au travail qui reste à faire.

Cette journée représente une occasion de réfléchir aux progrès réalisés pour atteindre l'égalité des genres et de célébrer les actes de courage et la détermination de femmes qui ont joué un rôle extraordinaire dans l'avancement de l'égalité des genres dans leur communauté. La Journée internationale des femmes (JIF) est née au tournant du XX^e siècle dans le sillage des mouvements ouvriers d'Amérique du Nord et d'Europe, témoin d'un mouvement grandissant pour la participation à parts égales des femmes à la société.

une journée d'unité, de célébration, de réflexion, de défense des droits et d'action, est célébrée dans plusieurs pays aux quatre coins du monde.

Une thématique de circonstance

Pour 2021, le thème de la Journée internationale des femmes est #RelanceFéministe. En cette Journée internationale des femmes, le gouvernement du Canada nous invite à nous engager à faire progresser l'égalité des genres et à soutenir une relance inclusive à la suite de la pandémie de COVID-19 en utilisant le mot-clic #RelanceFéministe sur nos comptes de médias sociaux. Une relance inclusive offre la possibilité de faire progresser l'égalité des genres et d'assurer la stabilité économique et sociale de tous les Canadiens.

En cette journée internationale des femmes :

- Apprenez-en davantage sur le [Sommet sur la réponse et la relance féministes du Canada](#) qui aura lieu les 8 et 9 mars 2021;
- Engagez-vous à faire progresser l'égalité des genres et à soutenir une relance inclusive à la suite de la COVID-19 dans votre collectivité en utilisant le mot-clic #RelanceFéministe;
- Consultez la [Galerie des femmes d'influence au Canada](#) pour en savoir plus sur les réalisations inspirantes des femmes qui ont été intronisées.

SOURCE : [Gouvernement du Canada](#)



Merci!

à tous nos travailleuses essentielles



Dans le cadre de la journée internationale de la femme, Votre caisse remercie ses travailleuses essentielles



Desjardins dit Merci! à toutes nos travailleuses essentielles



Pharmacie Proxim • Provigo • Matériaux Jolette • Sûreté du Québec • Pharmacie Uniprix • Agrizone de Ville-Marie
Home Hardware de Ville-Marie • Hopital de Ville-Marie • Caisse Desjardins du Témiscamingue

LES PLUS GRANDS

IMPRIMERIE COMMERCIALE

Impression offset et numérique • Graphisme

Impression grand format • Pads NCR

Papeterie d'entreprise • Articles promotionnels

Impression
Design
GRAFIK

819 622-1313

22, rue Sainte-Anne, Ville-Marie

info@impressiondesign.ca

impressiondesign.ca

ZOOM

SUR LES ENTREPRISES D'ICI

Le Reflet a à cœur le développement de notre magnifique région et est fier de vous partager, une fois par mois, les nouvelles et les bons coups des entreprises d'ici.

Mouton Frileux

En plus d'avoir dévoilé sur sa page Facebook, le 7 février dernier, son tout nouveau logo, l'entreprise Mouton Frileux a récemment ajouté plusieurs produits à son offre. Outre ses désormais célèbres ensembles de tuques à pompons et cache-cous et ses indispensables couvre-visages, l'entrepreneure Sandra Doherty propose également des jupes, chandails, maillots de bain et plus encore. Pour découvrir ces créations rendez-vous sur la page Facebook Mouton Frileux!

Chocolats Martine

L'année 2021 en est une très symbolique pour l'entreprise témiscamiennne Chocolats Martine. En effet, elle marque non seulement les 35 ans d'existence de la populaire chocolaterie mais également les 25 ans de madame Line Descoteaux en tant que propriétaire. Félicitations à madame Descoteaux et longue vie à Chocolats Martine!

LVL Global

L'entreprise LVL Global s'est vu octroyer, le 10 février dernier, une aide de 1 185 000 \$ par le gouvernement fédéral, en vertu du programme Croissance économique régionale par l'innovation. Des trois entreprises témiscabitiennes qui se sont partagé le montant global de 2,2 M\$, c'est LVL Global qui a obtenu la plus grande part afin d'apporter à son usine d'importantes améliorations qui lui permettront en outre de créer 4 nouveaux emplois.

RPL – Rocheleau Paquin Location

Mathieu Paquin et Stéphanie Rocheleau ont acquis, le 1^{er} février dernier, l'entreprise de location de Robert Plouffe et Caroline Tremblay. Les nouveaux propriétaires, enthousiastes de réaliser leur rêve de se lancer en affaires, comptent bien offrir à leur clientèle le même service de qualité qui fait la réputation de RP Location.

Piquan-T Las Rebelas

Le 19 février dernier, Tiffany Aubé et Stéphanie Legrand, ont procédé à l'ouverture de leur tout nouveau restaurant de spécialité mexicaine, le « Piquan-T Las Rebelas », au 8, rue Principale Sud à Notre-Dame-du-Nord. Au menu, on retrouve des plats traditionnels typiquement mexicains mais également des recettes plus commerciales afin de ravir les papilles du plus grand nombre de gens possible.

Vous avez une bonne nouvelle entrepreneuriale?
Écrivez-nous à reflet@journallereflet.com!



Municipalité de Béarn
28, 2^e Rue Nord, C.P. 369
Béarn (Québec) J0Z 1G0

APPEL D'OFFRES N° 2021-03-01

ACQUISITION D'ÉQUIPEMENTS DE DÉNEIGEMENT

La Municipalité de Béarn désire obtenir des soumissions pour procéder à l'acquisition et l'installation des biens suivants :

« ÉQUIPEMENTS DE DÉNEIGEMENT »

Les entreprises ou personnes intéressées sont invitées à répondre dans les délais prescrits à la présente demande de soumissions par appel d'offres public et peuvent se procurer les documents de soumission sur le système électronique d'appel d'offres SE@O à l'adresse Internet suivante :

www.seao.ca
Tél. : 1 (866) 669-7326

Les soumissions devront être déposées, au plus tard, le **31 mars 2021 à 11 h**, dans une enveloppe scellée portant la mention « **SOUMISSION POUR L'ACQUISITION ET L'INSTALLATION D'ÉQUIPEMENTS DE DÉNEIGEMENT** », à l'adresse suivante :

Bureau de la directrice générale
et secrétaire-trésorière, madame Lynda Gaudet
MUNICIPALITÉ DE BÉARN
28, 2^e Rue Nord, C.P. 369
Béarn (Québec) J0Z 1G0

Toute soumission reçue après l'heure et la date spécifiées ci-haut, sera rejetée. Une soumission comptant des additions ou des ratures pourra être considérée comme irrégulière.

Les soumissions seront ouvertes publiquement le même jour, soit le **31 mars 2021, à 11 h 05**, et seront déposées au Conseil lors d'une séance ultérieure.

Le Conseil ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions et ce, sans avoir à motiver sa décision et sans aucune obligation envers le ou les soumissionnaires et sans encourir des dommages d'aucune façon.

Lynda Gaudet
Directrice générale et secrétaire-trésorière

SÉANCE PUBLIQUE D'INFORMATION



PARC NATIONAL D'OPÉMICAN

Réhabilitation des sédiments dans la baie d'Opémican

La Société des établissements de plein air du Québec (Sépaq) désire inviter la population du Témiscamingue à une séance publique d'information sur le projet de réhabilitation des sédiments dans la baie d'Opémican. La séance a pour objectif de présenter l'état de situation de la contamination et d'expliquer la phase des travaux visant à réhabiliter les sédiments de la Baie. Cette séance est tenue en vertu de la Loi sur la qualité de l'environnement du Gouvernement du Québec.

La séance sera réalisée par **vidéoconférence le mercredi 10 mars 2021 à 19h**. Les personnes intéressées doivent contacter parc.opemican@sepaq.com avant le lundi 8 mars afin que la procédure de connexion vers la conférence leur soit transférée.



CENTRE LAITIER

INDUSTRIEL
Équipements complets de ferme laitière

COMMERCIAL
Centre de location d'outils

RÉSIDENTIEL
Traitement d'eau • Pompes à eau

RÉCRÉATIF
Spas et Gazebos
Quais sur roue et flottants
Élévateurs à bateau

104, rue Ontario, Notre-Dame-du-Nord
Tél. : 819 723-2256 www.centrelaitier.com

GEA engineering for a better world



GAUTHIER

Lettrage et monuments

- Vaste choix de couleurs de granite, dessins, formes et lettrages
- Réparation et lettrage dans les cimetières du Témiscamingue québécois et ontarien

739, Route 101 Nord
(chemin de Guiques) Ville-Marie

Téléphone : 819 629-2100

Monuments

Lettrage
Frans Gauthier



COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DU TÉMISCAMINGUE

Ville-Marie : 819 622-0321
Témiscamingue : 819 627-9636
Sans frais : 1-866-723-2491

www.maisonrobertetfils.com



Dr. Roger Bellemare

La Coopérative funéraire du Témiscamingue vous informe du décès de Monsieur Roger Bellemare, optométriste, de Duhamel-Ouest, âgé de 84 ans et 11 mois, survenu le 20 février 2021. Il laisse dans le deuil ses sœurs : Giliane (Roland Touzin), Pierrette (Vic Houde), Colette (Clément Gaumont), Lucie (John Nagel) et son frère Jean (Ginette Brisson). Il laisse également plusieurs neveux, nièces, cousins, cousines et amis. Il est parti rejoindre ses parents Lucien Bellemare et Marie-Berthe Bellehumeur ainsi que son frère Yvan. Compte tenu des circonstances actuelles, les funérailles auront lieu à une date ultérieure. La famille de Monsieur Roger Bellemare désire remercier le personnel soignant: les préposées à domicile, le personnel du Pavillon-Duhamel ainsi que le personnel du centre hospitalier de Ville-Marie pour les soins bienveillants prodigués à Roger.

LA GRANDE MARCHÉ SOUS ZÉRO

Les 19, 20 et 21 février dernier, 229 041 personnes, dont 80 611 élèves de 4 191 classes-bulles du primaire et du secondaire, ont participé à La Grande marche sous zéro. Ce tout premier événement hivernal était organisé par l'équipe du Grand défi Pierre Lavoie et présenté par le gouvernement du Québec, en collaboration avec la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec et Rio Tinto.

Pour Pierre Lavoie : « Mission accomplie! Nous voulons motiver les gens à continuer de prendre soin de leur santé physique et mentale malgré la situation actuelle, pénible pour tous, où ils pourraient être nombreux à baisser les bras. Nous misions donc sur le divertissement, mais aussi l'inclusion et la gratuité, pour joindre le plus de participants possibles. Le résultat est

spectaculaire, vu la participation des écoles, et ça me rend extrêmement fier. Notre but est d'amplifier le mouvement des saines habitudes de vie pour qu'elles s'installent dans la société et que la prévention en matière de santé devienne enfin prioritaire. »

La Grande marche sous zéro invitait tous les Québécois à marcher 5 km, dans leur quartier ou en sentier. Pour accompagner et encourager les marcheurs, des entrevues, de l'animation et des prestations musicales ont été diffusées en direct tout le week-end sur le site Web de l'événement et la page Facebook du Grand défi. Annie Villeneuve, 2Frères, Ludovick Bourgeois et Bleu Jeans Bleu se sont produits dans le décor enchanteur de l'Hôtel de Glace à Québec.

VOTRE JOURNAL est un TRAVAIL D'ÉQUIPE

Karen Lachapelle, Présidente-directrice générale
Amy Lachapelle, Directrice adjointe
Mylène Falardeau, Coordonnatrice
Moulay Hicham Mouatadid, Journaliste de l'Initiative de journalisme local
Micaël Caron, Graphiste
François Hénault, Webmestre
Claudie Hamelin, Réceptionniste et conseillère publicitaire
Marjorie Gélinas, Révision et correction
Ann-Marie Gélinas, Comptabilité

Journalistes pigistes :
Bianca Sickini-Joly, Journaliste de l'Initiative de journalisme local
Dominique Roy, Journaliste de l'Initiative de journalisme local
Francis Prud'homme, Journaliste de l'Initiative de journalisme local
Lucie Charest, Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Nadia Bellehumeur
Catherine Drolet-Marchand

Initiative de journalisme local
Local Journalism Initiative

le Reflet
témiscamien

Canada

Le Reflet témiscamien inc. reconnaît l'aide financière du gouvernement du Canada, qui lui est accordée par l'entremise de l'Initiative de journalisme local, pour l'appuyer dans ses activités journalistiques.

Ma région

Ma musique

Ma radio



FM 92.1
FM 93.1

CKVMFM.COM

La voix du Témiscamingue

PETITES ANNONCES

5\$ RÉGULIÈRE
8\$ Surignée en JAUNE
10\$ ENCADRÉE

Heure de tombée JEUDI 12 H

non-remboursable et non échangeable

Logements à louer

Ville-Marie - Bachelors, grand 3 1/2, 4 1/2, chambres et loft. Non-fumeurs, pas d'animaux, stationnement inclus. Idéal pour retraités. Tél.: 819 629-8012

St-Bruno-de-Guigues - 5 1/2 au rez-de-chaussée, situé au 15 C, rue Principale Nord. Repeint à neuf, déneigement compris, pas d'animaux, libre le 1^{er} mars, références demandées. 575\$/mois. Tél.: 819 629-6599

Divers à vendre

Moto modèle Kawasaki 2012 vulcan vaquero 1700 CC, 109 km, intéressés seulement. Tél.: 819 747-2324

Recherche

Pour location à l'année, petite maison ou petit chalet, non meublé, habitable à l'année. Près de Ville-Marie, pour le 1^{er} juillet 2021. Tél.: 819 665-8564

Urgent : Femme Mature recherche un 2 1/2 ou 3 1/2 acceptant 3 Shih-Tzu (ils sont propres et ont chacun leur cage) à 30 minutes ou moins de Ville-Marie

Maison à vendre

MAISON À VENDRE PAR LE PROPRIÉTAIRE À TÉMISCAMING, Bungalow lumineux 3 chambres (426 Montée Letang), Prix demandé : 124,900 \$, Michel Vachon 514 466-7299 ou mvachonca@gmail.com



OFFRES DE SERVICES à louer ou à vendre

Vous cherchez un logement ou une maison à louer ou à vendre avec ou sans option d'achat? Appelez au 819 629-3066! Références et vérification de crédit exigées. Bail de 1 an. *PAS D'ANIMAUX ET NON FUMEUR (TABAC ET DROGUE)*

VILLE-MARIE

- Au 55, rue Ste-Anne, local commercial à louer à l'unité.

ST-BRUNO DE GUIGUES

- À louer : Restaurant avec équipements existants sur place. Bienvenue aux nouveaux projets. Libre imm. Prix à discuter.

TÉMISCAMING

- Grande maison à louer avec possibilité de garage. 4 chambres à coucher. Rénovée au goût du jour. Libre imm. 950\$/mois.

ROUYN-NORANDA

AIRBNB – LOGEMENT DISPONIBLE À LA JOURNÉE (2 jours minimum) OU À LA SEMAINE.

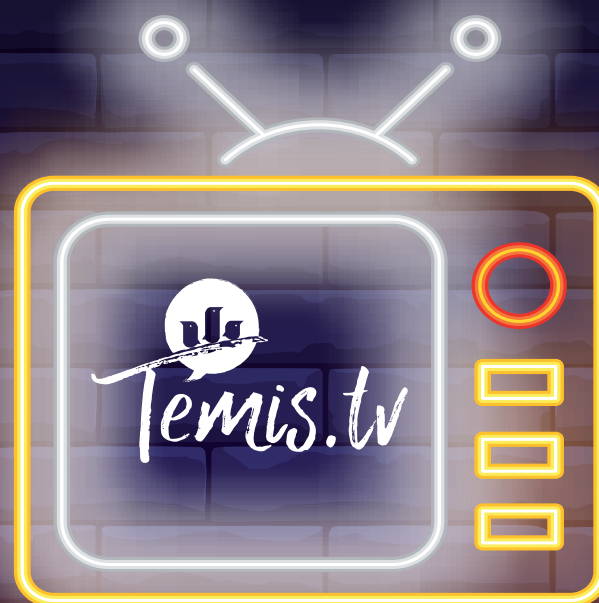
Chronique des naissances

Date	Heure	Parents	Sexe	Poids
24-12-20	3h56	Camille Beaupré et Tommy Goulet Ville-Marie	Masc.	3 304 g
30-12-20	12h12	Cassandra Roy Notre-Dame-du-Nord	Fem.	3 720 g
30-12-20	22h08	Valérie Ringuette et Michaël Belley Rémigny	Masc.	3 671 g
01-01-21	9h46	Carine Houle et Jérôme Larabée St-Édouard-De-Fabre	Fem.	3 390 g
11-01-21	3h02	Renée-Pascale Beaudoin et Carl Charbonneau Moffet	Masc.	4 290 g
14-01-21	10h34	Chloé Samson et Jonathan Girard St-Bruno-de-Guigues	Masc.	3 260 g
14-01-21	22h19	Andrée-Anne Paquin et Sébastien Barrette Ville-Marie	Fem.	3 190 g
18-01-21	8h51	Isabelle Turcotte et Jean-François Gagnon Béarn	Masc.	3 240 g



Avez-vous votre sac d'éveil? Appelez au 819 629-2144, poste 2029!

Le personnel de la Pharmacie Nathalie Adam & Pier-Luc Pharand inc. affilié à Proxim félicite les nouveaux parents et vous invite à venir voir ses produits pour enfants!



Nouvel Horizon

Mardi 14h



Nouveau

Clin d'oeil politique

Mardi 19h

CLIN D'ŒIL POLITIQUE

Nouveau

Info-Témis

Mercredi 18h

INFO-TÉMIS

2 mars 2021



Bingo

Mercredi 18h



Messe

Dimanche 9h



* grille horaire complète sur www.temis.tv

BRYDON BURROWS, VIDÉASTE DE PÊCHE

Dominique Roy | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Brydon Burrows est un passionné de pêche et de vidéo. Pour le jeune homme de 18 ans de Temiskaming Shores, ces activités sont beaucoup plus qu'un passe-temps. Elles sont au cœur de son quotidien. Depuis 2016, il publie des vidéos de pêche sur sa chaîne YouTube BB's Fishing show. Ce divertissement est aussi un processus nécessaire menant à la concrétisation de son objectif ultime : faire de la pêche et de la vidéo un emploi à temps plein. Déterminé et confiant, il a tout mis en place pour réaliser son rêve. L'été, il travaille pour la pourvoirie Ellen Island Camp, un camp de pêche prisé sur le Lady Evelyn Lake, et pendant l'année scolaire, il étudie au Collège Boréal à Sudbury en environnement forestier et faunique.

La pêche

« J'ai commencé à pratiquer la pêche très jeune. Mes parents m'amenaient au parc provincial Finlayson Point et je passais la plupart de mon temps sur les quais en essayant d'attraper des poissons. » C'est son père qui lui a transmis cette passion. Il lui a fait découvrir les beautés de la nature, il l'a initié à la pêche et à la chasse, il lui a fait vivre des aventures et des activités d'exploration. Déjà, à 14 ans, il savait que la pêche serait au centre de sa vie, et depuis, il profite de toutes les occasions qui lui sont offertes pour vivre sa passion au maximum. Été comme hiver, Brydon Burrows pêche. « En hiver, il y a beaucoup plus d'opportunités en motoneige, puisqu'il y a des endroits qui ne sont pas accessibles facilement en été. » Ce

qu'il aime plus particulièrement, ce sont toutes les émotions contradictoires qui se bousculent. Le sentiment de paix, de calme et de tranquillité lié à l'environnement se mêle à l'excitation de l'expédition et de l'inconnu par rapport à chacune de ses prises. Pour lui, la sensation est indescriptible.

La vidéo

Son ami avait déjà une chaîne YouTube, et c'est ce qui a piqué sa curiosité. L'idée lui est donc venue de réaliser des vidéos de pêche. Ce passe-temps est une façon de développer sa créativité. « Créer des vidéos et les publier sur YouTube pour que d'autres puissent les regarder me donne un sentiment de satisfaction, notam-

ment quand les gens me donnent des commentaires positifs en retour. » Dans ses vidéos, filmées lors de ses excursions, il partage ses histoires, ses anecdotes tout en fournissant de l'information sur les leurres qu'il utilise pour les différentes espèces de poisson et sur ses techniques de pêche. Comme tout bon pêcheur, ses réponses demeurent vagues quant aux endroits où se situent ses lacs de prédilection. « La plupart sont dans la région nord de l'Ontario et j'ai quelques séries d'épisodes filmées en Floride. » Le cinéaste est bien entouré pour produire ses vidéos : son père, Barry Burrows, est presque toujours en sa compagnie et ses amis, Jacob Rivet, Adam Shillinglaw et Erid Seed, collaborent également à l'occasion.

Brydon avoue que la production de vidéos coûte cher. « J'ai au moins trois mille dollars investis dans mon équipement vidéo et facilement le même montant pour mon équipement de pêche. Évidemment, ceci n'est pas nécessaire, mais pour moi, c'est important parce que je veux créer des vidéos de haute qualité pour les personnes qui les regardent. » Pour chaque déplacement, il lui faut aussi calculer l'essence pour le camion, la motoneige, le bateau, etc. « Pour payer ceci, j'utilise l'argent que je fais l'été. De plus, les gens qui achètent des t-shirts, des *hoodies* et des calendriers aident financièrement à la production de mes vidéos. » En effet, sur son site Web <https://bbfishn.godaddysites.com/>, il est possible

de se procurer des objets promotionnels à l'effigie de sa marque.



À l'école secondaire, Brydon a suivi un cours de photographie avec Lise Gravel. Cette dernière perçoit son ancien élève comme un véritable modèle de persévérance et de volonté. « Éditer des vidéos de façon constante, sur YouTube, requiert vraiment un dévouement et une détermination. Avoir un rêve, c'est bien, mais tenir bon, persévérer et foncer à travers les multiples fois où l'on ne réussit pas, c'est ce que Brydon démontre. Il faut être nourri d'une vraie passion pour consacrer autant d'heures à la production d'une vidéo de quelques minutes sans savoir si elle intéressera les gens. C'est vraiment avoir une soif pour la satisfaction personnelle. » Brydon Burrows s'est fixé un but et il fournit tous les efforts nécessaires pour l'atteindre. À un si jeune âge, c'est ce qui impressionne l'enseignante.

Votre journal, vos nouvelles

Restez connecté

1 journallereflet.com
Suivez l'actualité locale et régionale en temps réel.

2 Réseaux sociaux
Restez informé et interagissez sur l'actualité.

3 L'infolettre
Abonnez-vous et recevez votre journal dans vos courriels.

le Reflet
temiscamien

Des nouvelles de votre Club de Motoneige du Témiscamingue!



Liste des services offerts au Témiscamingue (restauration, hébergement, essence, salle de bain)								
Secteur et nom du commerce	Téléphone	Restauration		Hébergement		Salle de bain	Dépanneur	Essence
		place intérieure	pour sortir	Motel-Chb	Chalet-Cabine			
Lorrainville Garage Michel Grenier	819 625-2377							X
Lorrainville Resto-Bar Le Relais	819 629-1782	X				X		
Moffet L'Étoile de L'Est	819 747-6198	X	X			X		
Moffet Marché Public	819 747-2017					X	X	X
NDDN Motel Aventure	819 723-5055			X				
NDDN Motel Coutu	819 723-2131			X				
NDDN Dépanneur Rachel Roy	819 723-2240					X	X	X
NDDN Nouveau Dépanneur Beau-Soir	info non-disponible							
NDDN Restaurant Maxime	819 723-2738	X	X			X		
NDDN Rendez-vous des Quinzes	819 723-2270	X	X			X		
NDDN Le Roi D'la Patate	819-723-2611		X					
NDDN L'Auberge du Lac	819 723-2999			X				
NDDN Country Style/Mrs Sub	819 723-2140	X	X			X	X	
NDDN Marché Bonichoix Saguay	819 723-2181						X	
Rémigny Magasin Général	819 761-3101					X	X	X
Rémigny Cabines Dulong	819 761-3411				X			
St-Eugène Coop St-Eu resto/dépanneur	819 785-2667	X	X			X	X	
St-Eugène Chalet Lyne et Sylvain	819 625-2552				X			
Ville-Marie Motel Louise	819 629-2770			X				
Ville-Marie Restaurant Motel Louise	819 629-3370	X	X			X		
Ville-Marie Motel/Restaurant Caroline	819 629-2965	X	X	X		X		
Ville-Marie Poulet Frit Chester	819 622-1444	X	X			X		
Ville-Marie Motel Auberge	819 629-2733			X				
Ville-Marie Le Cimonak	819 629-5196	X				X		
Ville-Marie La Gaufrière	819 629-3999	X	X			X		
Ville-Marie La Gauloise	819 629-2917	X	X			X		
Ville-Marie Subway	819 622-1386	X	X			X		
Ville-Marie Épicerie Provigo	819 629-2355		X			X	X	
Ville-Marie La Station Shell Voisin	819 622-0444					X	X	X
Ville-Marie Restaurant Eugène	819 629-2233	X		X		X		
Ville-Marie Caféier Boustifo	819 629-2772		X					
Ville-Marie Les Suites de la Chocolaterie	819 629-1999			X				
Ville-Marie Pédro Canada	819 629-2060					X	X	X
Ville-Marie Dépanneur Au Cagibi	819 629-2166						X	

Petit Rappel de la réglementation pour les enfants en Motoneige.

Pouvez-vous vraiment avoir un passager? En premier lieu, l'instruction fournie par le fabricant du véhicule doit autoriser deux passagers sur la motoneige. Par exemple, le siège original à une place ne permet pas de transporter un passager, mais un siège 1+1 vous le permet. Il est strictement interdit d'asseoir un passager en avant de vous. Pour certains, cette position semble plus sécuritaire, mais si vous êtes dans une situation d'impact, votre corps sera projeté vers l'avant et vous risquerez d'écraser votre enfant. Il doit donc être installé à l'arrière du conducteur. Le passager doit avoir trois points d'appui : le dossier, les mains sur les poignées et les pieds bien appuyés sur les marchepieds. C'est comme ça que vous saurez si vous transportez votre enfant de façon sécuritaire. S'il n'est pas suffisamment grand pour avoir les pieds appuyés, il ne devrait pas être passager sur votre motoneige. Selon la Société canadienne de pédiatrie, un enfant de moins de 6 ans n'a pas la force et l'endurance nécessaires pour être passager d'une motoneige. En tout temps, aussitôt assis sur un véhicule hors route, le conducteur et son passager doivent porter un casque de protection certifié





**Plus que jamais,
les gestes simples
sont notre meilleure
protection pour
lutter contre le virus.**

- ✿ Maintenons la distanciation physique
- ✿ Portons le masque
- ✿ Lavons-nous les mains régulièrement
- ✿ Évitions les déplacements et les voyages non essentiels
- ✿ En cas de symptômes, passons le test rapidement
- ✿ Respectons les consignes d'isolement

On continue de bien se protéger.

Québec.ca/coronavirus

 **1 877 644-4545**

Votre
gouvernement

Québec 