

UN LOCAL RAFRAÎCHI POUR LES JEUNES DU TÉMISCAMINGUE

page 4



Ontario

UN TOIT POUR LES SANS-ABRI DE TEMISKAMING SHORES


page 11

Sports et loisirs

LE PICKELBALL GAGNE EN POPULARITÉ

page 14

Prix unitaire : 2\$ + taxes | Abonnement annuel : 80\$ + taxes


RBQ: 5608-5616-01
ÉLECTRIQUE INC. ⚡
Électricité/Plomberie/Climatisation/Réfrigération
819 629-2573
78, rue St-Anne, Ville-Marie, Qc, J9V 2B7

 **CENTRE LAITIÈRE** 
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


DATE LIMITE COTISATION REER
29 février 2024
GFM 1-877-274-4422
GROUPE FINANCIER

Organisée par **Place
aux Jeunes
en région**

Présentée par **Desjardins**

Partenaires **FÉDÉRATION
QUÉBÉCOISE DES
MUNICIPALITÉS** Québec

La vie en région,
t'as ça en toi

**Semaine
des régions**

5 au 9 février

INSPIRER L'ACTION ENVIRONNEMENTALE ET ENTREPRENEURIALE

Karen Lachapelle

Le 30 janvier dernier, la SADC du Témiscamingue conviait les entreprises à un 5 à 7 en compagnie du conférencier David Côté, cofondateur de Loop Mission, Rise Kombucha et Crudessence. Sous le thème « Économie circulaire : mission possible! », cet événement s'inscrivait dans une action commune des SADC de la région d'intégrer et de soutenir le virage vert des entreprises afin qu'elles passent à l'action.

Qui est David Côté?

Nomade, sans domicile fixe et sans diplôme, monsieur Côté a fondé plusieurs entreprises alimentaires à succès et est devenu le leader mondial en économie circulaire. Auteur de sept livres sur l'autonomie alimentaire dont trois best-sellers traduits en cinq langues, il est maintenant Dragon dans la populaire série télévisée « Dans l'œil du Dragon » diffusée sur les ondes d'ICI Radio-Canada.

Loop Mission, fondé en 2015 avec sa conjointe, est une entreprise qui se spécialise dans la réduction du gaspillage alimentaire et la valorisation des surplus alimentaires. Elle s'est donné pour mission de lutter contre le gaspillage alimentaire en créant des produits innovants à partir d'aliments récupérés. L'entreprise travaille en partenariat avec des épiceries, des distributeurs et des producteurs pour récupérer les aliments excédentaires ou invendus qui seraient autrement jetés. Ces aliments sont ensuite transformés en nouveaux produits alimentaires.

Qu'est-ce que l'économie circulaire?

L'économie circulaire est un concept économique et environnemental qui vise à minimiser le gaspillage des ressources et à maximiser l'utilisation des matériaux en les réutilisant, en les

recyclant et en les remanufacturant autant que possible. Contrairement à l'économie linéaire traditionnelle où les ressources sont extraites, transformées en produits, utilisées et éliminées après usage, l'économie circulaire vise à créer des systèmes où les déchets deviennent des ressources pour de nouveaux cycles de production. L'objectif principal de l'économie circulaire est de réduire l'empreinte écologique et les impacts environnementaux des activités économiques tout en créant des systèmes économiques plus résilients et durables.

« Les SADC de l'Abitibi-Témiscamingue, depuis trois-quatre ans déjà, sont dans une démarche de développement durable, ESG (environnemental, social, gouvernance) pour vraiment sensibiliser les entreprises au développement durable, à faire de petites actions pour l'environnement, l'économie, le social. C'était le but de la conférence, sensibiliser puis inciter les gens à passer à l'action. Ce que nous souhaitons par cet événement, c'est que ce ne soit pas juste une conférence, mais que ça inspire à passer à l'action après », mentionne la directrice générale de la Société de développement du Témiscamingue, Nadia Bellehumeur.

Le choix du conférencier s'est fait justement pour son dynamisme, son message positif et sa vision éclatée de l'entrepreneuriat. Tout au cours de la soirée, David Côté a raconté en humour son parcours rocambolesque et inspirant. Ayant une vision positive de l'entrepreneuriat, il a été honnête face aux défis qu'il rencontre, tout en démontrant que les idées sont réalisables quand on y croit. « Par cette conférence, je veux que les gens

retiennent que tout est possible. C'est la base de tout. Souvent, on a des idées, des rêves, des inspirations et on a l'impression que c'est trop compliqué. Certaines personnes nous disent qu'ils y croient moins, ça nous décourage un peu, mais de croire que tout est possible est le plus important, ça et les frissons. Après, c'est d'essayer de se poser des questions sur notre quotidien et de se demander si on fait partie de la solution ou du problème », souligne David Côté.

Selon lui, c'était juste du gros bon sens de se lancer dans l'économie circulaire. « En fait, c'est l'économie circulaire qui m'a choisi. On m'a appelé en me disant qu'on jetait des aliments et j'ai trouvé ça tellement aberrant que j'ai tout quitté et j'ai parti le projet. C'est après que j'ai compris que c'était l'économie circulaire. C'est un terme scientifique qui explique du gros bon sens, c'est de retourner aux bases et d'arrêter de jeter des choses qui ont encore énormément de valeur, c'était très naturel pour moi. »

Loop Mission est devenue un exemple mondial inspirant dans le domaine de la réduction du gaspillage alimentaire, grâce à son approche novatrice et à son impact positif sur l'environnement et la communauté. Par son message, monsieur Côté espère avoir pu motiver et inspirer d'autres entrepreneurs à prendre cette avenue.



Le conférencier David Côté

Le Reflet prépare un nouveau résumé hebdomadaire des nouvelles locales

**PROCUREZ-VOUS
LE REFLET XPRESS
GRATUITEMENT**

Disponible au :

Bureau de poste
de Ville-Marie

Bureau de poste
de Lorrainville

Boucherie Fruits et légumes
de St-Bruno-de-Guigues



AGRIMAX 



668, ROUTE 101 SUD, GUIGUES (QC) JOZ 2G0
819-728-2323
WWW.AGRIMAX.CA



En 2023 La Fondation Philippe-Chabot A REMIS :

5 800 \$
À LA RÉSIDENCE
MARGUERITE
D'YOUVILLE
DE VILLE-MARIE



4 100 \$
AU PAVILLON
TÊTE-DU-LAC DE
NOTRE-DAME-DU-NORD



24 100 \$
AU PAVILLON DUHAMEL
DE VILLE-MARIE



Actualités

LES RÉNOVATIONS DE LA MDJT SONT TERMINÉES

Marie-Soleil Legendre | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

La Maison des Jeunes du Témiscamingue (MDJT) inaugurerait dans le cadre d'un 5 à 7, jeudi dernier, son nouveau lieu local. À la suite de rénovations effectuées à son siège social et au local de jeunes du secteur Centre du Témiscamingue, l'organisme dévoilait avec plaisir ce lieu de rassemblement de la jeunesse.

Le bâtiment situé sur la rue Notre-Dame Ouest à Lorrainville, qui se démarque par sa couleur orange vif, a vu son intérieur décloisonné afin d'offrir un milieu de vie adapté aux besoins des adolescents et adolescentes du territoire ainsi qu'aux employés de l'organisme. L'accessibilité des locaux pour les personnes vivantes en fauteuil roulant a aussi été améliorée et l'immeuble est désormais davantage écoénergétique. Édith Laperrière, coordonnatrice de la MDJT, explique : « On a fait un décroisement complet du rez-de-chaussée qui est l'endroit dédié aux étudiants. On s'est rendu compte que nos fondations nécessitaient des réparations importantes et on s'est dit que, tant qu'à aller demander des subventions pour faire ces réparations qui n'ont pas vraiment d'impact pour les jeunes, qu'on allait faire une grande mise à jour du bâtiment. L'espace a donc complètement été réaménagé en fonction des besoins des jeunes pour leur offrir un espace à air ouverte. ».

Cette soirée était donc l'occasion parfaite de faire découvrir les lieux aux familles et à de nombreux intervenants de la communauté, dont à des personnes du monde de la politique municipale et régionale. « C'est rare qu'on ait l'occasion de recevoir des gens chez nous qui ne sont pas des adolescents. Les gens ne viennent pas à la Maison des Jeunes, ils ne nous visitent

pas alors on s'est dit que c'était une belle façon de leur montrer ce qu'est la Maison des Jeunes en 2024, qu'ils constatent les rénovations et qu'ils en parlent autour d'eux, aux adolescents et aux enfants qui vont grandir pour leur parler de ce beau milieu de vie-là. On voulait aussi démocratiser la Maison des Jeunes, permettre de comprendre mieux la mission et les activités qui sont organisées parce que malgré tout, il y a encore des préjugés que les gens ont envers la Maison des Jeunes et ça permet de les briser en rencontrant nos jeunes », ajoute madame Laperrière.

Le projet de rénovation a été rendu possible grâce à l'aide financière du Secrétariat à la jeunesse, de la Caisse Desjardins et de la MRC de Témiscamingue (MRCT). La préfète de la MRCT Claire Bolduc était d'ailleurs sur les lieux afin de s'adresser directement aux jeunes. « Le respect qu'on a à votre endroit, la volonté qu'on a d'accompagner vos rêves, les projets que vous voulez réaliser, n'hésitez pas à nous les soumettre. La Maison des Jeunes, c'est un endroit qui vous permet de vous retrouver dans votre environnement, mais au-delà de ça c'est une mécanique avec des animateurs qui ont la volonté de vous soutenir dans votre évolution parce que vous êtes déjà les citoyens de demain qui réfléchiront à l'avenir des jeunes », a-t-elle partagé lors de son allocution.

Rappelons que la Maison des Jeunes du Témiscamingue est une association de jeunes et d'adultes qui se sont donné comme mission de tenir un lieu de rencontre animé pour les jeunes de 12 à 17 ans afin de les aider à devenir des citoyens critiques, actifs et responsables.



UN MILIEU DE VIE QUI CONNAÎT DE L'ENGOUEMENT

Dominique Roy | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

À l'automne 2021, les travaux de construction s'achevaient à la nouvelle résidence E.L.A.N. de Laverlochère. Elle y accueillait alors ses trois premiers résidents. Toutefois, il fallut attendre que s'écoule une année entière avant de procéder à d'autres locations, en raison d'une assurance impossible à obtenir.

« On a réussi à avoir de l'assurance sur l'immeuble en 2022, mais on est assuré comme immeuble à logements locatifs pour aînés et non comme une RPA (résidence privée pour aînés) », précise Lorraine Barrette, présidente du conseil d'administration de l'organisme E.L.A.N. Laverlochère. Les administrateurs peuvent accueillir des personnes de 65 ans et plus, mais ce sont eux qui ne sont pas assurés, une problématique hors de leur contrôle, qui relève d'une autre instance. Malgré cette situation, la clientèle demeure soumise aux règles fixées par l'organisme sous l'encadrement des programmes gouvernementaux, tel qu'il avait été convenu lors de la mise en place de ce projet.

Des logis qui trouvent preneurs

En 2023, le taux d'occupation a rapidement grimpé; les locataires s'y installant les uns après les autres. À la suite de visites, de journées portes ouvertes et de bouche-à-oreille, ce sont actuellement 14 des 16 logis qui sont occupés.

Un véritable milieu de vie s'est créé au cours de la dernière année. Les personnes aînées qui s'y sont installées ont apporté avec elles leur riche bagage de vie, un nouveau dynamisme et un avenir prometteur pour cet endroit, ce qui permet maintenant aux administrateurs de voir leurs efforts porter leurs fruits.

La dernière année a donc fait place à de la nouveauté, à des premières fois. Entre autres, il y a eu une épluchette de blé d'Inde en septembre. Trois messes de la paroisse ont été célébrées à même le salon communautaire de l'immeuble au cours du mois de décembre. Aussi, les locataires ont pu utiliser les équipements de la cuisine pour y faire leur popotte du temps des Fêtes, en plus d'y préparer le repas de Noël rassemblant tous les occupants du 13, rue Arpin Ouest. La magie des Fêtes y était bel et bien installée; ce qui devait être une journée popotte s'est étirée à... trois journées de cuisine, d'échanges et de partages. Même les administrateurs se sont joints à cette préparation festive en plus de se prêter au rôle de serveuse et de serveur lors du repas officiel.

Récemment, les couloirs de l'immeuble ont été décorés. Une nouvelle résidente, Béatrice Rousseau, a fait le don de ses nombreuses toiles, elle qui peint depuis toujours. On sent que l'endroit se personnalise petit à petit.

Un salon de coiffure a ouvert ses portes en décembre. En effet, la coiffeuse Mélissa Gallant y a installé son studio, *La Mèche à Mel*, un salon ouvert pour les locataires, mais aussi pour l'ensemble de la population.

Parmi les services qui pourraient être offerts, il y a celui de la cafétéria qui est de plus en plus sollicité. Une fois la problématique des assurances réglée, ce sera un projet qui pourrait être étudié et envisagé.

Pour terminer, madame Barrette rappelle les principaux avantages de ce milieu de vie, notamment le fait que tout est sur le même plancher, qu'il n'y a aucun escalier, ce qui facilite grandement les déplacements. En termes de sécurité, l'immeuble est maintenant doté d'un défibrillateur grâce à une subvention de Daniel Bernard, député de Rouyn-Noranda-Témiscamingue. Les locataires qui le désirent peuvent aussi porter un bracelet de sécurité, lié à une centrale, ce qui leur permet d'obtenir de l'aide rapidement en cas de malaise. Chaque logement est doté d'un accès intérieur et extérieur à l'immeuble. Des espaces communs permettent aussi aux locataires de se rassembler. On y trouve une cuisine, un salon équipé d'un grand écran, d'une table de shuffleboard, de jeux de société,



de casse-têtes, etc., une pièce multiusage avec bibliothèque et lecture ainsi qu'un espace intérieur pour entreposer les quadriporteurs. « Notre plus grand bonheur, pour nous, les administrateurs, c'est très certainement de constater tout le dynamisme entourant la vie sociale de notre monde qui évite l'isolement de nos aînés, alors on peut se satisfaire de cette belle réussite », de conclure la présidente. Décidément, en pleine crise de logement, voilà qu'une lueur se pointe à l'horizon avec ce milieu de vie maintenant fonctionnel pour les personnes aînées du Témiscamingue.

Concours Saint-Valentin

À gagner : un centre de table d'une valeur de 50\$

Pour participer, aimez la page facebook du Reflet témiscamien et de Fleurs et Jardins 2000 puis aimez et partagez la photo du concours.

Tirage le 13 février 2024

UN NOUVEAU ROMAN
DÈS LE 7 FÉVRIER

COLLECTION
GARNOTTE



Procurez-vous ces livres
jeunesse en librairie ou au
22, rue Ste-Anne, Ville-Marie

Les AILÉES
Éditeur Jeunesse
zailees.com

SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE 2024

« MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE MOURIR »

La 34^e édition de la Semaine nationale de prévention du suicide se déroule du 4 au 10 février 2024. Annuellement, cette semaine nationale est un moment fort de sensibilisation et de mobilisation à travers le Québec et en Abitibi-Témiscamingue.

La prévention du suicide

La Semaine de prévention du suicide 2024 a pour thème « Mieux vaut prévenir que mourir ». La dernière année a été particulièrement difficile en matière de santé psychologique et c'est pourquoi le Centre de prévention du suicide du Témiscamingue (CPST) ainsi que ses partenaires locaux de la table de concertation et de mobilisation en santé mentale, dépendance et itinérance ont voulu mettre en œuvre une toute nouvelle campagne de sensibilisation témiscamienne.

Avant d'en arriver là, PARLONS-NOUS!

L'Association québécoise de la prévention du suicide (AQPS) mentionne qu'il faut encourager les gens à « oser parler du suicide malgré les craintes ou l'inconfort, puisqu'agir peut faire toute

la différence » (AQPS, 2024). Dans le même ordre d'idées, le CPST soutient que la prévention du suicide implique l'engagement actif de la communauté dans l'initiation à la discussion. C'est donc avec le slogan *Avant d'en arriver là, parlons-nous*, que l'organisme témiscamien souhaite soulever la solidarité qui est souvent reconnue chez les résidents de la MRC du Témiscamingue. Cette semaine lance le début d'une campagne qui se fera à long terme. En effet, tout au long de l'année 2024, à certains moments stratégiques, des nouvelles images, des nouveaux contenus et plus encore en lien directement avec la thématique seront diffusés. Des visages connus du Témiscamingue touchés de près ou de loin par la problématique du suicide feront partie de la campagne de sensibilisation. Restez à l'affût de la page Facebook du Centre de prévention du suicide du Témiscamingue pour le visuel de cette campagne frappante, déstabilisante et confrontante, mais ô combien puissante.

Ressources d'aide

Ligne d'intervention 24/7 : APPELLE (1-866-277-3553)

Destination

POUTINE



La Casse-croûte
Gauchoise

TAKE-OUT - 819 629-2917
SALLE À MANGER - 11 À 20 H

UN PROJET D'ACQUISITION DE CONNAISSANCES EN COURS AU RÉSERVOIR KIPAWA

Marie-Soleil Legendre | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

La Direction de la gestion de la faune de l'Abitibi-Témiscamingue, en collaboration avec la Direction de la protection de la faune et de bénévoles de cette même région, a mis en place un projet pilote qui a pour but d'identifier les espèces de poissons pouvant être pêchés en période hivernale dans les secteurs des baies Dorval, Kipawa, McAdam et Mungo du réservoir Kipawa. Le projet est supervisé par Martin Bélanger, biologiste aquatique à la Direction de la gestion de la Faune en Abitibi-Témiscamingue.

L'objectif du projet est d'identifier les espèces de poissons qui peuvent être pêchées en saison hivernale dans certains secteurs du réservoir Kipawa afin de déterminer s'il est possible de concilier la conservation de *Touladi* et la mise en valeur de la pêche hivernale dans ces mêmes endroits. Il est important de savoir que la gestion des populations de *Touladi*, aussi appelée truite grise, est balisée par un plan de gestion depuis 2014 au Québec. « On a eu des demandes des citoyens et des municipalités qui voulaient pouvoir

effectuer de la pêche hivernale au réservoir Kipawa parce que dans le secteur de Témiscaming, il y a beaucoup de lacs qui ont du *Touladi* et il y a donc beaucoup de lacs où la pêche hivernale est interdite. C'est une activité récréative qui est bien ancrée chez les gens et étant donné qu'au Témiscamingue il y a beaucoup de ce poisson, les gens sont plus limités en matière de lac où il est possible de faire de la pêche blanche. C'est donc pour cette raison qu'on a été interpellé. Nous, on veut s'assurer qu'il n'y a pas de danger pour la population de *Touladi* si on permet quelque chose », explique monsieur Bélanger.

Afin de récolter les données nécessaires, la Direction de la gestion de la faune de l'Abitibi-Témiscamingue fait affaire avec 35 pêcheurs bénévoles qui ont, depuis un peu plus de deux semaines, une autorisation spéciale pour aller pêcher dans les secteurs étudiés. « Le projet a suscité beaucoup d'intérêt. Ce qu'on demande aux bénévoles, c'est d'aller pêcher dans les secteurs que nous avons choisis, qui

sont facilement accessibles et/ou l'habitat est moins propice pour les populations de *Touladi*, et de remplir leur carnet de pêcheur. Dans ce carnet, ils indiquent des informations telles que la date, le secteur où ils ont pêché, le nombre de lignes qu'ils ont utilisé et le nombre d'heures total qu'ils ont pêché. L'ensemble des captures qui sont faites doivent être remises à l'eau. Il n'est pas permis de garder aucun poisson », ajoute le biologiste aquatique.

Les données seront récoltées jusqu'au 31 mars, journée qui marque la fin de la pêche hivernale pour la saison 2023-2024, mais pourraient possiblement reprendre l'an prochain. « Les conditions hivernales ne sont pas vraiment de notre côté cette année, dans le sens que les conditions de glace ne sont pas super bonnes. Il est possible que les données amassées ne soient pas suffisantes pour évaluer ce qu'on

veut évaluer donc le projet pourrait s'allonger », termine le biologiste.

Pour en savoir plus sur la situation du *Touladi* au réservoir Kipawa, il est possible de consulter en ligne un rapport écrit par Martin Bélanger lui-même intitulé *État de situation du Touladi au Réservoir Kipawa, Bilan des inventaires de 1989 à 2020* (https://mffp.gouv.qc.ca/documents/faune/RA_touladi_reservoir_Kipawa.pdf).



Martin Bélanger

SORTIR DES SENTIERS LAISSE DES TRACES.

Préservez la réputation des motoneigistes.

Circulons aux endroits autorisés.

Votre gouvernement

Québec

journalreflet.com • Le Reflet témiscamien • Mardi 6 février 2023 • 7

UN CLUB DE LECTURE POPULAIRE À GILBERT-THÉBERGE

Dominique Roy | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Deux à trois jours par semaine, lors de la récréation de l'après-midi, les élèves du primaire de l'École Gilbert-Théberge de Témiscaming peuvent profiter d'un local à leur disposition pour se consacrer à la lecture. En effet, Valérie Roy, orthopédagogue à cette école, grande passionnée de lecture, se fait un plaisir de les accueillir. Et ce club de lecture gagne en popularité. Lors des dernières rencontres, la responsable comptait plus de 40 participants, soit presque le tiers des élèves de la 1^{re} à la 6^e année de l'école. Le local déborde! Tous les recoins sont occupés, même le dessous du bureau de Madame Valérie.

d'orthopédagogue qui consiste, entre autres, à aider les élèves à développer des habiletés en lecture. « Il y a trois ans, je me souviens qu'on a finalement commencé nos activités seulement au printemps. Quand j'ai commencé mon club de lecture, il commençait à faire beau dehors, la neige fondait et les enfants étaient tout contents. Donc, il n'a pas été super populaire à sa première année, parce qu'on l'a commencé trop tard en raison des règles sanitaires. Et puis, l'année dernière, ç'a vraiment bien fonctionné. J'ai eu régulièrement, pendant l'hiver, au-dessus de trente élèves. » Et voilà! Le club prenait son envol!

Valérie Roy enseigne à Gilbert-Théberge depuis 20 ans. Elle avait mis sur pied ce club il y a une quinzaine d'années, délaissé au fil des ans pour différentes raisons. Il y a trois ans, elle a décidé de le relancer comme tâche d'encadrement, une activité complémentaire à son rôle

Quelques règles à suivre

Les règles de conduite sont bien établies. Les élèves qui choisissent cette activité s'assurent d'avoir amplement de lecture pour combler les 20 minutes. Une fois entrés dans le local, ils s'engagent à y demeurer pour la durée de la récréation. Pour



les toilettes, il faut y aller avant ou après, mais pas pendant; le but étant de minimiser les déplacements pour éviter les distractions. En début d'année, Madame Valérie accueillait les élèves de la 2^e année jusqu'à la 6^e année. Depuis le retour du congé des Fêtes, les élèves de la 1^{re} année, capables de lire, peuvent se joindre au club de lecture, ce qui crée un nouvel engouement. Les plus jeunes, qui veulent lire à deux pour s'entraider, ne sont pas brimés dans cette démarche; le but étant d'abord et avant tout de développer le goût de la lecture. Ils doivent simplement le faire en chuchotant. Les plus vieux, dont les romans sont plus volumineux, qui souhaitent se concentrer davantage, ont la liberté de s'installer à quelques pas à l'extérieur du local, pour profiter d'un environnement plus calme. Enfin, il n'y a que la lecture en français qui est autorisée.

Du matériel à la disposition des enfants

Les petits qui lisent plus aisément à voix haute peuvent le faire en chuchotant ou en utilisant un Toobaloo, un appareil qui permet la lecture à voix haute sans trop déranger les autres élèves. Dans ce local, il y a également des coquilles antibruit, c'est-à-dire des casques insonorisants qui favorisent la concentration en atténuant les bruits et les sons ambiants. L'orthopédagogue possède également une généreuse banque de livres pour tous les âges. « Il y en a, à la bibliothèque, qui ne font pas des choix judicieux en lecture. Ils vont aller vers des lectures trop difficiles

pour eux. Donc, quand ils arrivent ici, au bout de cinq minutes, ils commencent à trouver ça long de devoir se concentrer sur leur livre. Il m'arrive donc de prêter quelques livres pour qu'ils soient en mesure de lire pendant qu'ils sont ici. » L'orthopédagogue possède également une collection de livres pour laquelle elle a préparé des fiches de lecture avec des questions à réponses rapides – choix multiples, vrai ou faux, association. Il y a donc des élèves qui participent au club et qui choisissent ces livres parce qu'ils aiment répondre aux questions qui viennent après la lecture.

Des bienfaits pour les élèves, mais aussi pour Madame Valérie

Grande lectrice, Valérie Roy se fait un devoir de transmettre cet amour de la lecture à ses élèves, et ce, depuis le début de sa carrière. Elle a toujours accordé du temps et de l'importance à la promotion de la lecture. Comme orthopédagogue, ce club de lecture lui permet de voir des élèves de tous les niveaux, et aussi des élèves qui possèdent de bonnes habiletés en lecture, alors que sa clientèle habituelle se compose principalement d'élèves en difficulté d'apprentissage. La porte de son local grande ouverte lui permet également de connaître des élèves avec qui elle ne travaille pas. Quand elle surveille lors des récréations, elle peut donc reconnaître les élèves.

Bien qu'elle soit généralement pratiquée de façon individuelle, la lecture peut tout de même s'avérer une activité rassembleuse. C'est ce que l'on peut constater avec le club de lecture de Madame Valérie!

OFFRE D'EMPLOI



UQAT

Faire carrière dans un milieu d'exception

L'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) est une université francophone humaine, créative et audacieuse démontrant depuis près de 40 ans un incroyable dynamisme en enseignement, en recherche et en création. En forte croissance, l'UQAT représente un milieu de travail de choix conjuguant accessibilité, inclusion et excellence.

**PROFESSEURE RÉGULIÈRE
OU PROFESSEUR RÉGULIER
EN DÉVELOPPEMENT
DURABLE DES RESSOURCES
NATURELLES**

Faites partie de l'équipe!
uqat.ca/faire-carriere
facebook.com/RecrutementUQAT

HUMAINE
>>>> CRÉATIVE
AUDACIEUSE

DES COURS PRÉNATAUX POUR HOMMES GRÂCE AU GROUPE IMAGE

Marie-Soleil Legendre | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Des cours prénataux pour hommes s'ajouteront prochainement à l'offre du CISSAT, grâce à une collaboration avec le Groupe Image. Un premier groupe test composé d'un minimum de huit pères et futurs pères prendra part à une rencontre prénatale en ligne le 7 février prochain.

Tommy Cousineau, directeur général de l'organisme qui œuvre en entraide masculine, explique qu'un projet pilote sera réalisé cette année afin d'offrir des rencontres physiques pour les pères. « C'est quelque chose que je travaille depuis près de 15 ans dans les faits d'avoir cette rencontre spécifiquement pour les papas, ça se faisait dans le passé. Les cours prénataux ont pris un gros virage cette année, puis on nous a interpellé pour y participer, j'étais super content! Dans les faits, c'est une demande du ministère qui veut qu'on rapproche davantage les pères à la naissance. Le but est de valoriser leur rôle dès OK la nais-

sance du bébé et de dire que leur rôle est aussi important que celui de la maman dans le développement de l'enfant. ».

L'organisme souhaite tenir une rencontre par mois dans laquelle une thématique différente sera abordée. « Normalement, dans les cours prénataux, on touche l'alimentation, on va toucher la grossesse, l'accouchement et l'allaitement par exemple. Nous, on a rajouté une rencontre spécifiquement pour les pères parce qu'on trouvait ça important de pouvoir les réunir ensemble. Les papas vivent beaucoup de changements durant la grossesse, pas physique, mais des changements dans la relation avec la conjointe, le changement du corps de la femme, comment vivre le rapport avec la bedaine qui peut être différent. Ils peuvent aussi vivre un stress par rapport à l'accouchement. On voulait vraiment aborder des thématiques particulières pour échanger avec eux, qu'ils puissent

avoir des réponses à leurs questions », ajoute monsieur Cousineau. Plusieurs autres thèmes seront abordés, dont le rôle du père et ses bienfaits, le congé de paternité, la coparentalité, la sexualité et la conciliation travail-famille. Les rencontres seront animées par des intervenants du Groupe Image et des infirmiers et infirmières du CISSAT.

Un besoin important en région

Ces nouveaux cours prénataux sont les seuls du genre en Abitibi-Témiscamingue. Sur les huit participants nécessaires à la tenue de la rencontre prénatale du 7 février prochain, six hommes étaient déjà inscrits avant même que l'organisme partage l'invitation sur les réseaux sociaux. « On



Tommy Cousineau, directeur général

voit qu'il y a quand même un engouement relié à ça et je suis bien content de le voir parce que le but, c'est d'aider le plus de papas à vivre leur transition avec leur enfant », mentionne le directeur.

Semaine des enseignantes et des enseignants

4 au 10 février 2024

Au cours des derniers mois, les profs se sont mobilisés et ont démontré qu'ils ont à cœur l'amélioration de notre système d'éducation public. Bravo et merci!

Au gouvernement, maintenant, de démontrer son engagement. Régler les maux de la profession enseignante, négligée depuis trop longtemps, se fera sur plusieurs années et non en une seule semaine.

FSE
FÉDÉRATION
DES SYNDICATS
DE L'ENSEIGNEMENT
CSQ

CSQ
Centrale des syndicats
du Québec

Agenda Communautaire



Tournoi de Scrabble : Un tournoi de Scrabble se tiendra le dimanche 11 février 2024 de 13h à 16h et de BEU de 13h30 à 16h au Centre communautaire de Guérin. Coût d'inscription de 3\$ qui sera remis en prix de participation. **Pour information : Hélène 819-629-7278.**

RCR : Le comité d'éducation populaire autonome de Latulipe invite la population à un cours de Réanimation cardio respiratoire avec Yann Doherty les 8 et 14 février de 13h à 15h au local de l'Âge d'or. **Pour info et inscription : Rosiane Gauthier 819 747-2114.**

Cours de gym cerveau : Le comité d'éducation populaire de Nédélec invite la population à une série de 8 cours de gym cerveau à compter du mercredi 7 février de 13h30 à 15h30 à la salle du conseil de la municipalité. L'inscription est obligatoire et les places sont limitées. **Pour info ou inscription : Gaétane Marcoux au 819 784-2044 ou par courriel au gaetanemarcoux@hotmail.ca.**

Fabrication de chandelles : Le comité d'éducation populaire d'Angliers invite la population à un atelier de fabrication de chandelles le mercredi 7 février à 18h30 à la salle Simard du centre communautaire de la municipalité. L'inscription est obligatoire et le nombre de place est limité. Les participants doivent s'informer sur le matériel requis. **Pour info ou inscription : Denise Brodeur au 819 949-3908.**

Cuisiner avec une friteuse à air chaud : Le comité d'éducation populaire autonome de St-Eugène-de-Guigues invite la population à une rencontre d'information sur Comment cuisiner avec une friteuse à air chaud (air fryer) avec Chantal Toussaint le mardi 20 février ou le samedi 24 février de 9h30 à 12h au local des Fermières. **Pour info ou inscription : Brenda Godin 819 208-0457 ou Ginette Bastien 819 785-2102.**

AVIS D'APPEL D'OFFRES N° 02-2024

FOURNITURE ET LIVRAISON D'UN CAMION NEUF DE COLLECTE DES MATIÈRES RÉSIDUELLES À CHARGEMENT LATÉRAL, À BENNE BI-COMPARTIMENTÉE

La MRC de Témiscamingue demande des soumissions pour la fourniture et la livraison d'un camion neuf à chargement latéral, à bras automatisé et à benne bi-compartmentée. Les documents d'appel d'offres obligatoires sont disponibles sur le site SEAO (Système électronique d'appel d'offres au www.seao.ca).

Les soumissions seront complétées sur le bordereau de soumission préparé à cet effet et remises (1 original et 2 copies) dans une enveloppe cachetée portant la mention : « *Soumission – Fourniture d'un camion à benne bi-compartmentée* », au 21, rue Notre-Dame-de-Lourdes, bureau 209, Ville-Marie (Québec) J9V 1X8. Le soumissionnaire a la responsabilité de s'assurer que sa soumission parvienne dans les délais fixés au bon bureau.

La transmission des soumissions par voie électronique ne peut être effectuée que par l'intermédiaire du Système électronique d'appel d'offres du gouvernement du Québec (SEAO), à l'adresse suivante : www.seao.ca.

Les soumissions seront reçues jusqu'à **15 h**, le mardi **12 mars 2024** et seront ouvertes dans les minutes qui suivront en présence des soumissionnaires présents. Seuls les noms des soumissionnaires et les prix soumis seront divulgués. Toutes les soumissions reçues après le délai fixé seront retournées sans avoir été ouvertes.

La MRC de Témiscamingue se réserve le droit, à son entière discrétion, d'accepter ou de refuser une ou toutes les soumissions reçues. La MRC de Témiscamingue n'est pas tenue d'accepter ni la plus basse ni aucune autre des soumissions.

Donné à Ville-Marie, au bureau de la MRC de Témiscamingue, ce 1^{er} jour de février 2024.

La directrice générale-greffière-trésorière,
Lyne Gironne



CAMPAGNE DE SÉCURITÉ

M'AS-TU VU?

La campagne de sécurité en transport scolaire « M'as-tu vu? » est de retour en 2024 pour une 36^e année.

La campagne annuelle de sécurité de la Fédération des transporteurs par autobus se déroule du 29 janvier au 9 février 2024. Par le biais de cette campagne de sécurité, les conducteurs d'autobus scolaire, les écoliers, leurs parents et les usagers de la route sont invités à faire preuve de prudence dans les zones scolaires, près des cours d'école et en présence d'autobus scolaires sur le réseau routier. Différentes initiatives ayant pour but de passer le message verront le jour. Il est possible de visiter le site <http://www.mastuvu.info> pour avoir plus d'information à ce sujet.

7 février, à 7h30, afin de sensibiliser les automobilistes aux dangers et obligations qui entourent les autobus scolaires. Le tout sera fait en collaboration avec la Sûreté du Québec, Contrôle routier Québec et le Centre de service scolaire du Lac Témiscamingue », mentionne Joanie Desrochers, directrice au sein du Groupe Autobus Maheux.

Les transporteurs scolaires du Témiscamingue affirment être fiers de participer à cette campagne annuelle en distribuant le matériel promotionnel à tous leurs conducteurs et conductrices et en les invitant à porter fièrement le macaron de la campagne et à rappeler les consignes de sécurité aux élèves à bord.

« Cette année, nous serons présents sur le terrain pour effectuer plusieurs barrages routiers à travers le territoire de l'Abitibi-Témiscamingue. Nous serons présents à Ville-Marie le

Rappelons que le transport scolaire au Québec, c'est, 534 824 écoliers transportés matin et soir, 941 072 kilomètres parcourus chaque jour et 10 642 autobus scolaires sur les routes matin et soir.

BRETON
Construction
RBQ : 8355-9633-45

**PLUS QUE
DE LA TOITURE**

Alex Breton
819 629-7868
info@bretonconstruction.ca

**Construction • Rénovation • Réparation de solage • Excavation •
Infiltration d'eau des fondations • Toiture • Solage ifc**

UN REFUGE POUR SANS-ABRI À TEMISKAMING SHORES

Dominique Roy | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

L'itinérance dans la région du Temiskaming ontarien est un enjeu social. Les personnes sans domicile fixe se font de plus en plus nombreuses, notamment à Temiskaming Shores dans de plusieurs secteurs de la ville. Entre autres, on les voit circuler le jour, on les croise entre les deux portes d'une entrée de certains lieux publics, on les voit entrer et sortir des conteneurs à récupération, etc. Le problème est bel et bien réel. Depuis la mi-décembre, un centre d'hébergement est à leur disposition pour y passer la nuit. Le refuge Zack's Crib est situé au 183, Broadwood Avenue, à New Liskeard.

La genèse du projet

En janvier 2020, Le Reflet avait rencontré Yves et Lianne Paillé, le couple de New Liskeard qui tramait déjà sur ce projet depuis quelques mois. Derrière cette idée de refuge, il y a l'histoire de Zackery, leur fils ayant reçu un diagnostic de schizophrénie en 2016. En raison de ses problèmes de consommation et de santé mentale, Zackery avait été hospitalisé et c'est à ce moment-là que les Paillé avaient pris conscience du manque de ressources dans la région. Les soins nécessaires à cette clientèle étaient offerts à North Bay, Sudbury et Timmins. « Un des critères pour aider à calmer les problèmes de santé mentale, c'est être proche de ta famille, de tes amis, de ton monde, pour te sentir en sécurité. Loin de tes proches, l'anxiété augmente parce que tu es dans une place étrangère avec des inconnus. On veut donc avoir un endroit avec des lits et des soins de

santé pour ces gens-là quand ils sont en crise », avait raconté le père de famille lors de cette entrevue. Le nom de l'organisme fondé, Zack's Crib, est donc l'idée même de Zackery. « En français, le mot « crib » est une couchette, un lit pour bébé qui est confortable, sécuritaire », avait expliqué monsieur Paillé.

Les services offerts chez Zack's Crib

Cinq ans se sont donc écoulés depuis les premières démarches du couple franco-ontarien jusqu'à l'ouverture du refuge... des mois et des mois de démarches administratives, de demandes de subvention et de campagnes de financement.

Le centre d'hébergement compte 12 lits aménagés sous la forme d'un dortoir (une section de six lits, une autre de quatre et une dernière de deux) ainsi qu'un treizième lit dans une chambre. Celle-ci est réservée pour des cas particuliers, quand il est préférable de les isoler, pour éviter de déranger les autres. Monsieur Paillé donne l'exemple d'une personne qui était grippée ou d'une autre qui s'est présentée avec son chien.

En ce moment, le refuge est ouvert en semaine, de 22 h à 8 h, et de fin de semaine, de 8 h à 16 h et de 22 h à 8 h. Pour l'instant, c'est ce que le budget peut offrir comme horaire, mais l'objectif est de pouvoir, éventuellement, offrir une plage horaire de jour, en semaine.

À leur arrivée au refuge, les invités, comme les appelle Yves Paillé, doivent suivre une certaine procédure. Un peu comme à l'hôpital, chacun passe au triage. On leur pose différentes questions, notamment sur leurs activités de la journée, pour déterminer leur état actuel et le niveau de soins nécessaires. On vérifie également les raisons qui les mènent au refuge ce soir-là, en particulier, s'il y a d'autres options qui s'offrent à eux pour la nuit, par exemple, chez un ami, un membre de la famille, etc.

Le centre d'hébergement dispose d'une cuisine, d'un salon, de trois douches et d'une salle de lavage. Pour le divertissement, télévision, table de ping-pong, guitare, piano sont à leur disposition. Des travailleuses et des travailleurs sont sur place pour assurer la sécurité et le bon fonctionnement. Outre ces employés, parmi le personnel embauché, on retrouve une directrice et un coordonnateur.

En plus des lits, Zack's Crib offre aussi de la consultation dans le but de guider les invités vers des services ou des organismes de la communauté pouvant leur être utiles, en fonction de leurs besoins, par exemple, en ce qui concerne la santé mentale, les problèmes de consommation, la recherche d'un logement. L'ouverture de jour, en fin de semaine, est propice à ces rencontres.



Yves et Lianne Paillé

Jusqu'à maintenant, le taux d'occupation se situe en moyenne à trois lits par nuit. « Dès fois, il y en a eu plus, dès fois, il y en a eu moins, mais il y a toujours eu quelqu'un. Il n'a jamais eu de soir où il n'y avait personne. » Et bien sûr, l'objectif ultime de l'organisme est d'en arriver à ce qu'aucun lit ne soit occupé, qu'il n'y ait plus de personnes sans domicile fixe dans la région.

Yves Paillé se dit fier et soulagé que le projet ait enfin pris son envol. Il peut compter sur la fiabilité des membres du conseil d'administration et des employés pour opérer le tout, ce qui lui permet de respirer un peu plus, lui qui est propriétaire de l'entreprise Yves's Prime Cut Meats à New Liskeard. D'autres étapes du projet Zack's Crib devraient voir le jour, le tout étant, bien sûr, à la merci des réponses aux différentes demandes de subvention.

LES PLUS POLYVALENTS

Impression
Design
GRAFIK

819 622-1313
22, rue Sainte-Anne, Ville-Marie
info@impressiondesign.ca
impressiondesign.ca





www.cftemiscamingue.com

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



La Coopérative funéraire du Témiscamingue vous informe du décès de **madame Florine Robert**, épouse de feu monsieur Adrien Beaulé, de Laverlochère. Elle est décédée le 31 janvier 2024 à l'âge de 91 ans. Elle laisse dans le deuil, ses enfants : Luc (Hélène Routhier), Pascal (feu Nicole Trudel), René (feu Hélène Charron), Onil (Manon Bergeron) et Josée (Érick Perron); ses 10 petits-enfants : Caroline-Anne, Marie-Noëlle, Christian, Nathalie, Jean-Matthieu, Kymie, Audrey-Ann, Olivier, Juliette et Thomas ainsi que ses 13 arrière-petits-enfants: Flavie, Émile, Lou, Charles, Noémie, Néliane, Léana, Raphaël, Nolan, Lennox, Mégane, Zoé et Anabel. Elle laisse également ses frères et sœurs : Priscille, Rose-Éva, Léola, Monique, Angèle et Bertin ainsi que ses beaux-frères, Yvan et Raoul Beaulé. Elle est partie rejoindre son époux qu'elle aimait tant ainsi plusieurs membres de sa famille et de nombreux amis. La famille invite parents et amis à se joindre à elle pour se recueillir le vendredi 9 février de 19h à 21h et le samedi 10 février de 13h à 15h30 à la Coopérative funéraire du Témiscamingue situé au 67, rue Des Oblats Nord à Ville-Marie. Les funérailles seront célébrées à 16h à l'église St-Isidore de Laverlochère. La famille souhaite remercier chaleureusement le personnel de l'hôpital de Ville-Marie et le personnel de la résidence Marguerite D'Youville. Elle vous invite à faire un don à la Fondation du Centre de santé Ste-Famille

AVIS PUBLIC

DÉPÔT DU RÔLE DE PERCEPTION POUR L'ANNÉE 2024

AVIS PUBLIC est par la présente donné aux citoyens de la Ville de Ville-Marie par la soussignée, directrice générale et greffière-trésorière :

QUE conformément à l'article 503 de la *Loi sur les cités et villes* (LCV, chapitre C-19), le rôle de perception pour l'année 2024 relatif aux taxes foncières générales et spéciales, compensations et tarifs, sur tous les immeubles imposables de la Ville, a été complété.

Ledit rôle de perception est ainsi déposé et est disponible pour consultation à l'hôtel de ville situé au 21, rue Saint-Gabriel Sud pour toute personne souhaitant en prendre connaissance durant les heures et jours normaux d'ouverture.

Avis est aussi donné qu'il sera procédé à l'envoi des comptes de taxes le 7 février 2024 et que ceux-ci seront payables en tout ou en partie selon les délais prévus au *Règlement n° 604 fixant les taux de taxes, les compensations et les tarifs pour l'exercice financier 2024 et fixant les conditions de leur perception*.

Tout contribuable qui ne recevrait pas son compte de taxes est prié de se présenter à l'hôtel de ville situé au 21, rue Saint-Gabriel Sud où une copie de ce compte lui sera remise.

DONNÉ à Ville-Marie, ce 30 janvier 2024.

Karine Demers
Directrice générale et greffière-trésorière



Ma région · Ma musique · Ma radio

La voix du Témiscamingue



VOTRE JOURNAL est un
TRAVAIL D'ÉQUIPE



Karen Lachapelle, Présidente-directrice générale
Amy Lachapelle, Directrice adjointe
Mylène Falardeau, Conceptrice de contenus
Marie-Soleil Legendre, Journaliste de l'Initiative du journalisme local
François Hénault, Webmestre
Claudie Hamelin, Réceptionniste et conseillère publicitaire

Journalistes pigistes :
Dominique Roy
Francis Prud'homme



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

Pour vous abonner au journal papier, faites-nous parvenir votre paiement de 80 \$ + taxes (91,98 \$) accompagné de ce formulaire dûment rempli :

Nom : _____

Adresse : _____

Ville, province, code postal : _____

N° de téléphone : _____

C'EST OFFICIEL, LE RAID INTERNATIONAL TÉMISCAMINGUE AFFICHE COMPLET!

Le Raid International Témiscamingue a récemment annoncé que toutes les places de l'édition 2024 sont comblées. Des athlètes de haut calibre seront présents pour cette compétition sportive qui s'inscrit dans le cadre de la prestigieuse série mondiale de courses d'aventure (Adventure Race World Series). Organisé par la Société de développement du Témiscamingue, la MRC de Témiscamingue et Endurance Adventure, cet événement d'envergure internationale, ancré dans l'esprit d'aventure et de compétition, promet d'offrir une expérience mémorable aux participants et aux spectateurs du monde entier. En raison de l'enthousiasme et de la qualité des candidatures, l'organisation a décidé d'augmenter le nombre d'équipes, passant ainsi de 25 à 30 duos.

Équipes d'élite venues du monde entier

Les équipes sélectionnées représentent un éventail diversifié de compétences et de nationalités, démontrant ainsi la portée mondiale de cet événement de renom. Des athlètes de l'Europe, d'Amérique du Sud, des États-Unis et de partout au Canada se sont qualifiés pour participer à cette compétition exigeante qui mettra à l'épreuve leurs habiletés en trekking, en vélo de montagne, en canot et bien d'autres disciplines.

Équipes locales bien représentées

Grâce à l'effervescence qui règne autour du Raid Témiscamingue, les talents locaux sont au cœur de l'événement. Comme c'était le cas lors des éditions précédentes, une quinzaine de participants du Témiscamingue agiront à titre de modèle

pour la communauté et contribueront à renforcer le tissu social de notre magnifique région.

Remise en avant du volet jeunesse

Le Raid International Témiscamingue a aussi annoncé le retour du volet jeunesse qui s'adresse aux adolescents âgés de 13 à 17 ans. Ce volet de l'événement vise à inspirer la prochaine génération d'aventuriers en mettant l'accent sur la persévérance, le dépassement de soi, l'amour du plein air et du Témiscamingue. Promouvoir leur engagement et les encourager à adopter des habitudes de vie saines et actives est l'un des mandats du Raid jeunesse. Les inscriptions pour le Raid jeunesse seront lancées le 12 mars 2024 et 50 équipes de jeunes Témiscamiens seront formées.

La troisième édition de la course se tiendra du 5 au 8 septembre 2024, lors de laquelle 30 équipes de la région et de partout dans le monde s'affronteront sur un parcours de 170 km dans le secteur Nord du Témiscamingue, entre Remigny et St-Bruno-de-Guigues. Un volet jeunesse d'une vingtaine de kilomètres pour une centaine d'élèves du secondaire précèdera la course internationale. L'événement est ensuite propulsé sur des chaînes sportives, dont RDS et TSN, partout dans le monde (160 pays et traduit dans 16 langues). Grâce aux diffuseurs, l'émission rejoint plus de 1,4 milliard de personnes à la télé et 1,7 milliard sur le web. Le Raid Témiscamingue fait ainsi une promotion exceptionnelle du Témiscamingue auprès des touristes d'aventure-nature de partout dans le monde.

Source : Raid International Témiscamingue



Photo archive



Tout pour entretenir la flamme

Tuyaux, cheminées et accessoires
Venez voir nos poêles à bois

13, rue de l'Église N, Lorrainville, QC J0Z 2R0
Tel : 819 625-2125



LE QUOI? LE PICKELBALL

Mylène Falardeau | Journaliste de l'Initiative de journalisme local

Le pickleball : ce nom vous dit peut-être quelque chose. Il est pratiqué depuis quelques années au Témiscamingue, mais demeure une activité inconnue pour bien des gens. L'engouement pour celui-ci est pourtant en plein essor et les installations se multiplient dans nos municipalités.

Ce sport est une fusion dynamique du tennis, du badminton et du tennis de table (ping-pong). Cette combinaison offre un jeu amusant, compétitif tout en étant accessible à tous les âges et niveaux de compétences. Né dans les années 1960 aux États-Unis, il s'est rapidement répandu dans le monde entier grâce à sa simplicité, son faible coût d'équipement et son adaptabilité à divers environnements.

L'une des principales raisons de sa popularité croissante est son accessibilité. Contrairement à d'autres sports qui peuvent nécessiter un équipement coûteux ou des installations spécialisées, le pickleball peut être pratiqué presque n'importe où. Les terrains peuvent être aménagés dans des gymnases, des cours d'école, des parcs ou à même des terrains de tennis.

Sylvain Larivière, enseignant d'éducation physique aujourd'hui retraité, a découvert le pickleball lors d'un voyage au Québec. Lors de son premier essai, il l'a adopté. « C'est un sport tellement bien fait et accessible. Je suis un joueur de tennis à la base, mais le pickleball est beaucoup moins difficile et nous pouvons y trouver notre compte en matière de dépense énergétique. J'ai initié les jeunes à ce sport lors de mes dernières années d'enseignement. J'ai eu la collaboration de

l'école Marcel-Raymond pour faire le lignage au sol. Par la suite, la Ville de Ville-Marie nous a permis de faire le lignage également sur le terrain de tennis. »

Le pickleball est aussi facile à apprendre. Les règles du jeu sont simples à comprendre, ce qui permet aux débutants de commencer à jouer rapidement. De plus, le terrain est plus petit que celui du tennis, ce qui réduit la distance à parcourir et rend le jeu plus gérable pour les personnes de tous âges et niveaux de condition physique.

Monsieur Larivière s'occupe de l'activité du côté de Lorrainville, mais c'est tout de même une activité informelle. « Il n'y a pas encore de ligue officielle au Témiscamingue et les organisations locales ne sont pas associées à la fédération québécoise. Il y a définitivement une popularité grandissante pour le pickleball dans notre milieu. La moyenne d'âge est d'environ 40 ans pour les participants à Lorrainville. Il y en a de 70 ans et aussi plusieurs nouveaux arrivants au Témiscamingue viennent y jouer. L'avenir de ce sport est définitivement prometteur », explique monsieur Larivière.

Le pickleball est un sport pour tout âge, offrant une combinaison de compétition et de convivialité. Il s'agit d'un sport qui peut facilement se pratiquer en famille ou entre amis. Il est possible d'aller jouer les dimanches matin, au coût de 5 \$, à l'école Marcel-Raymond lorsque celui-ci n'est pas occupé par des tournois sportifs étudiants. Il est possible d'y jouer dans plusieurs municipalités, que ce soit en intérieur ou en extérieur pendant l'été.



UNE FIN DE SAISON INTENSE DANS LA GMHL

(MSL) Les Pirates de Ville-Marie ont eu une fin de semaine victorieuse les 2, 3 et 4 février dernier. Vendredi et samedi, l'équipe a reçu le Bécarré de Senneterre à domicile pour les vaincre une première fois au pointage de 11 à 1 et une deuxième fois avec le score de 8 à 4. Dimanche, les Pirates se sont déplacés à Sturgeon Falls pour affronter les Lynx de West Nipissing et ont emporté une victoire de 3 à 2. L'équipe de Ville-Marie en est donc à sa cinquième victoire consécutive. Ils n'ont plus que cinq parties à l'horaire avant la fin de la saison régulière.

Les Titans de Témiscamingue traversent une période plus difficile. Vendredi dernier, à Sturgeon Falls, les joueurs ont tenté en vain de vaincre les Lynx de West Nipissing alors que le tableau indiquait le pointage de 6 à 1. Le lendemain, les Titans se sont déplacés à Bradford pour affronter l'équipe locale, les Rattlers. Le sort ne s'est pas avéré différent et l'équipe de Témiscamingue a cumulé une seconde défaite, cette fois de 6 à 3. Les Titans en sont à leur sixième défaite consécutive et ont toujours quatre parties à l'horaire avant la fin de la saison régulière.

JEUX DU QUÉBEC À AMOS

La 39^e finale régionale centralisée des Jeux du Québec se tenait à Amos les 20, 26, 27 et 28 janvier dernier. Voici les résultats.

Patinage artistique

Star 4 filles moins de 13 ans Gr.2 Év. 6
Charlotte Manseau – Médaille de bronze

Star 5 Women (13 ans et plus Év. 2)

Félicia Larochelle – Médaille de bronze
Lilianne Trahan – 10^e position

Star 4 filles moins de 13 ans Gr. 1 Év. 3.

Mylianne Prévost – Médaille d'argent

Star 10 women (Év. 16.)

Laurane Prévost – Médaille d'argent

Judo

Dalie Pichette – Médaille d'or
Nicolas Bergeron – Médaille d'or
Karim Boubaker – Médaille d'or
Mathias Girard – Médaille d'or
Ysak Desrochers – Médaille d'or
Victor Bellehumeur – Médaille d'or
Julien Bock – Médaille d'argent
Molka Boubaker – Médaille d'argent
Maverick Goulet – Médaille de bronze
Nolan Jensen – Médaille de bronze
Dayven Routhier – Médaille de bronze

Même s'ils n'ont pas remporté de médaille, soulignons le courage de Louis Lysight, Chales-Étienne Morin, Jake Jensen, Mia Lepage, Simon-Félix Lepage et Aziz Boubaker. Christopher Trahan a aussi fait un excellent travail d'arbitrage. Il faut enfin souligner que Nicolas Bergeron a remporté l'athlète par excellence pour le Judo et représentera la région à la finale provinciale des jeux du Québec.



UNE FIN DE SEMAINE BIEN REMPLIE

Avec la collaboration de Guy Falardeau

Les jeunes hockeyeurs locaux de la catégorie M7 participaient au Festival Peanut de Rouyn-Noranda la fin de semaine dernière. L'équipe Desjardins Blancs était composée d'Éliam Côté, Sacha Prince, Évelyne Bibeau, Rafael Aumond, Élowan Gaudet, Malek, Greyson McMartin, Brook-Lynn Jérôme, Adam Trahan et Mattéo Bray. L'équipe Desjardins noirs, elle, était composée d'Antoine Pagé, Novak Fournier, Saël Paquin-Fournier, Chad Bibeau, Evan Loiselle, Jayden Rochon, Antony Aumond, Félix Gaudet, Robin Morneau, Mattéo Lavergne et Pierre-Olivier Lauzon.

L'équipe M9-N2 Clinique chiropratique du Témiscamingue était elle aussi au tournoi Peanut de Rouyn-Noranda. Pour l'occasion, tous les joueurs ont levé leur jeu d'un cran afin de rivaliser contre l'adversaire. L'effort soutenu de l'équipe ainsi que leur jeu collectif leur ont permis de se démarquer durant la fin de semaine.

De son côté, le M11A Chantiers Chibougameau participait au tournoi national M11 Kiwanis à Val-d'Or le weekend dernier. L'équipe a débuté son tournoi en remportant une belle victoire au compte de 2 à 1 contre Image Harricana d'Amos. Par la suite, elle affrontait l'équipe des Lynx du 49e parallèle de Lebel-sur-Quévillon. Ce fut une victoire dominante au compte de 7 à 2. Pour son troisième match de qualification pour la demi-finale, Chantiers Chibougameau devait gagner contre les Mini Huskies de Rouyn-Noranda, mais malgré l'intensité, l'équipe s'est inclinée 2 à 1.

L'équipe M11-B Pièces TRP Ville-Marie a participait aussi à ce même tournoi. Malgré un départ mitigé avec une défaite de 3-0 dans le premier match vendredi matin, l'équipe a su rebondir lors de la deuxième partie, en gagnant 8 à 4. La soirée a également été marquée par un concours d'habiletés où le gardien Jérémy Lavergne, le joueur de centre Emmitt Babin et le

défenseur Gabriel Thibodeau se sont distingués en remportant chacun leur catégorie respective. Le lendemain, lors du troisième match, l'équipe s'est malheureusement inclinée 7 à 2, mettant ainsi fin à sa participation au tournoi. Les étoiles du match ont été remises à l'ailier Jacob Poirier, au défenseur Gabriel Thibodeau, à l'ailier Caleb Latraverse et au joueur centre Emmitt Babin.

Finalement, le M11C Gus Témiscamingue affrontait l'équipe Gabriel Auto La Sarre le jeudi 1er février dernier. L'équipe locale a fait face à une défaite de 8 à 2. Le lendemain, Gus Témiscamingue a cumulé une seconde défaite, cette fois de 10 à 2 contre le Kiwanis Noir de Val-d'Or. L'équipe ne s'est toutefois pas laissée décourager et a réussi à obtenir une victoire de 4 à 2 samedi lors d'un match contre Royal LePage Lachapelle Rouyn-Noranda. Gus Témiscamingue a aussi terminé 2e au concours d'habiletés. Les étoiles de la fin de semaine sont Gracie Pichette Chaput, Errol Mathias Rodgers et Samuel Grégoire.

Le M13 A Subway rencontrait le Nortech d'Amos samedi à l'Aréna Frère Arthur-Bergeron. Malgré une défaite de 7 à 3 lors du premier match, l'équipe locale a réussi à obtenir une victoire de 2 à 1 en fusillade lors du deuxième. Les étoiles du weekend vont à Virginie Desbiens et à William Herbet. Mention spéciale à Maxence Boucher pour son travail dans les buts.

Le M13 C Pièces d'auto Brousseau a disputé un match local contre La Sarre samedi. Même si l'équipe a perdu les deux matchs, les joueurs n'ont jamais arrêté de s'encourager. Les étoiles du match sont Milan Aumond, gardien de l'équipe qui a montré une amélioration soutenue tout au long de la saison, et Mathis Côté, défenseur dont les compétences en patinage arrière se sont considérablement améliorées cette saison.

Le M15A Lactalis recevait Enduit Gamache de Rouyn-Noranda à domicile la fin de semaine dernière. Après avoir pris les devants 4 à 2, Lactalis a vu l'équipe adverse faire une remontée en fin de 3e période pour créer l'égalité. L'équipe locale s'est inclinée au 4e tir de barrage. Mentionnons la belle performance de la gardienne Mégane Vézeau. Lactalis s'est inclinée à nouveau lors du deuxième match, cette fois au pointage de 5 à 1. Ce score n'est toutefois par représentatif du match. Les étoiles du match vont au trio de

Maël Lacroix, Guillaume Dorval et Colin Audet qui ont travaillé très fort à chacune de leurs présences.

Ce samedi, l'équipe Maisons Champoux visitait le Centre du camion à Amos. Encore une fois, les supporters ont pu assister à de belles parties et du beau travail d'équipe. Nos joueurs témiscamiens ont amassé deux victoires supplémentaires en remportant leurs matchs par la marque de 6 à 0 et 8 à 1. Une première étoile a été décernée à Léo Laliberté et la seconde étoile à Novak Saucier.



SUZUKI VTT
DÉCOUVREZ NOS MEILLEURES OFFRES SUR KINGQUAD.



SCIE & MARINE
FERRON
 819-629-3104

84-A, rue Sainte-Anne Ville-Marie, QC



Photo archive

REER et CELI

Cotiser, ça allège l'esprit



**On vous accompagne dans
la réalisation de vos projets.**

Cotisez en ligne
ou avec votre conseiller.

desjardins.com/reerceli

 **Desjardins**