

MON PETIT DOIGT ME DIT QUE LE **RADIO BINGO
DE CETTE SEMAINE EST DE **3000 \$ EN PRIX !****



3000 \$

Ce samedi à 11 h
sur les ondes de

CINN911.com



DOSSIER SPÉCIAL SUR L'IMMIGRATION DANS LES COMMUNAUTÉS DE LA ROUTE 11 PAGES 3 ET 5



LE RUSH DE MA VIE



PAGE 7

JACKS 2 EN 3

PAGE 15



UN HIVER DIFFICILE POUR LES MOTONEIGISTES



PAGE 14

NOUVEAU CHRONIQUEUR : SERGE MORISSETTE

Dans le temps comme dans le temps **PAGE 9**



LECOURS MOTOR SALES



**VENEZ VOIR NOS
VÉHICULES 2022
EN STOCK AVEC
UN BAS TAUX
D'INTÉRÊT!**

Le chef vert Mike Schreiner fera-t-il le saut chez les libéraux?

Par Émilie Pelletier - Initiative de journalisme local - Le Droit

Le chef du Parti vert de l'Ontario, Mike Schreiner, envisage de changer de camp pour se présenter à la direction du Parti libéral de l'Ontario, à la demande d'une quarantaine de libéraux.

Dans une lettre ouverte envoyée dimanche au député provincial vert de Guelph, Mike Schreiner, 39 libéraux l'implorent d'envisager l'idée de quitter son poste pour devenir le prochain chef libéral ontarien. « Nous avons tous suivi votre carrière et la clarté des objectifs dont vous avez fait preuve dans votre vie politique est un contraste inspirant avec le cynisme qui domine nos politiques aujourd'hui », écrivent les signataires, y compris d'anciens candidats, ministres et militants.

« Nous croyons que votre solide approche fondée sur vos principes et votre capacité à connecter et à motiver les militants, en particulier les jeunes, sont exactement ce dont notre parti et notre province ont besoin. »

Mike Schreiner a demandé, dans

une déclaration envoyée lundi après-midi, qu'on lui « laisse du temps pour réfléchir » aux arguments des libéraux qui ont signé la lettre. Même si l'idée qu'il se joigne aux rangs libéraux circulait depuis quelques mois à Queen's Park, Mike Schreiner n'a jamais laissé planer le doute sur la question. « Comme vous le savez, j'ai toujours dit que je n'avais aucune ambition de diriger un autre parti que le Parti vert de l'Ontario », a-t-il indiqué.

Il juge néanmoins cette lettre « sérieuse », provenant « de personnes qui ont exprimé des préoccupations [qu'il] partage au sujet du gouvernement actuel et de la nécessité d'une action face à la crise climatique ».

Rebâtir

Même si le PLO n'a pas encore entamé le processus de sélection de son prochain chef, plusieurs ont déjà fait connaître leur intérêt.

L'ancien procureur général et député fédéral actuel d'Ottawa-Centre, Yasir Naqvi, a confirmé

qu'il « explore sérieusement cette possibilité », de même que les députés libéraux ontariens Mitzie Hunter et Ted Hsu.

Mais Lucille Collard, la seule députée libérale actuelle ayant signé la lettre ouverte, croit qu'un parti qui tente de se « rebâtir » a besoin de quelqu'un comme Mike Schreiner à sa tête. « On parle souvent de se réinventer, de faire la politique différemment. On ne changera rien si on regarde toujours notre propre nombril. »

Lucille Collard, qui siège à proximité de Mike Schreiner durant la période de questions à l'Assemblée législative, dit qu'elle « l'apprécie beaucoup, autant pour ses qualités professionnelles que personnelles », et qu'il possède « le profil d'un leader remarquable ».

« On l'a vu à la dernière élection. Durant les débats, il ressortait toujours comme quelqu'un de très fort. Il s'exprime clairement, avec authenticité, et il est toujours demeuré très humble. [...] L'environnement, c'est son cheval de bataille, et c'est une grande priorité des libéraux. »

Or, Mike Schreiner et le Parti vert de l'Ontario se situent plus à gauche de l'échiquier politique que le PLO, plus centriste. « L'alliance aurait été plus naturelle entre le NPD et Mike Schreiner », constate la professeure à l'École d'études politiques de l'Université d'Ottawa, Geneviève Tellier. N'empêche, « on a plus de choses en commun que de choses qui nous séparent », assure la députée Collard.

« On ne va pas changer les libéraux en parti vert, parce qu'il y a plus d'enjeux que juste l'environnement. Je pense que c'est important d'être un parti plus centriste, qui touche plus d'enjeux que seulement l'environnement et qui met l'accent sur la responsabilité fiscale. On ne peut pas dépenser au maximum dans les programmes sociaux, il faut un certain équilibre. C'est une conversation qui devra avoir lieu avec Mike Schreiner s'il décide de se lancer dans la course. S'il accepte, c'est qu'il sera ouvert à des ajustements au niveau de positions politiques. »

Geneviève Tellier note que si Mike Schreiner fait le saut chez les libéraux, on pourrait s'attendre au « phénomène Steven Guilbeault ». « À partir du moment où il s'est joint à une organisation qui requiert des compromis, il a dû piller sur certaines convictions. Steven Guilbeault l'a vu quand son parti a acheté un pipeline. »

Même si Mike Schreiner n'a pas immédiatement répondu favorablement à l'offre des libéraux, Lucille Collard souligne que les signataires n'auraient pas publié une lettre ouverte « sans être conscients qu'il y aurait une possibilité qu'il accepte », et que « c'est sûr qu'il y a eu des conversations avec lui » au préalable. Il compte consulter ses électeurs de Guelph et son entourage du Parti vert pour savoir ce qu'ils pensent de la lettre envoyée par les libéraux.

AVEZ-VOUS BESOIN D'UNE PRÉPOSÉE À DOMICILE ? DO YOU NEED A PSW AT HOME?



JULIE MAILLOUX

20 ans d'expérience / 20 Years Experience

- Je suis disponible pour aider votre proche.
- I am available to help your loved one.
- Je suis extrêmement fiable, digne de confiance et j'aime ce que je fais.
- I am extremely reliable, trustworthy and I love what I do.
- J'ai une voiture fiable et je cherche à travailler dans les environs de Hearst.
- I have a reliable car and looking to work surrounding Hearst.
- Je peux faire le ménage, la lessive, les soins aux animaux, la préparation des repas, l'alimentation si nécessaire, les soins personnels, la douche, l'aide aux toilettes, l'accompagnement, les promenades, les jeux, etc.
- I can do cleaning, laundry, animal care, meal prep, feeding if required, personal care, showering, assist to the toilet, companion sitting, walks, games, etc.

Contactez-moi via Facebook ou par téléphone
Contact me via Facebook or via telephone

705 274-5782
Julie Mailloux

Rapport d'impôts pour les particuliers & les entreprises



JFR

JEAN-FRANÇOIS RICHARD, CPA
SOCIÉTÉ PROFESSIONNELLE
COMPTABLE PROFESSIONNEL AGRÉÉ
CHARTERED PROFESSIONAL ACCOUNTANT

Confiez-nous vos impôts
et concentrez-vous sur ce
que vous faites le mieux.

Ouvert

LUNDI AU VENDREDI
8H30 À 17H30

(ouvert sur l'heure du dîner)
du 13 février au 30 avril 2023

14, 8^e Rue, Hearst ON P0L 1N0
705 362-8841
info@jfrcpa.ca
www.jfrcpa.ca

« S'ils sont chanceux, ils arrivent avec une valise ou deux »

Par Andréanne Joly – IJL – Réseau.Presse – Le Voyageur

L'accueil que réservaient certaines familles kapuskoises à des enfants de Tchernobyl, chaque été, a marqué Adam Coghill. « Il a gardé le contact avec plusieurs d'entre eux », raconte aujourd'hui sa femme Jennifer. Quand la guerre en Ukraine a éclaté, le couple s'est inquiété. Ils ont décidé, à leur tour, de venir en aide à des familles d'outremer. « Il y a tellement de familles qui arrivent dans la région maintenant », remarque Jennifer Coghill, qui s'est engagée dans l'accueil de familles ukrainiennes. Depuis près d'un an, elle a participé à l'accueil de sept familles ukrainiennes qui s'installent dans le corridor de la route 11. Ces familles ne sont pas seules à diversifier la mosaïque culturelle du corridor du Nord. Le district de Cochrane a connu une hausse importante en immigration. Une variable des recensements de 2011 et de 2021 l'illustre bien : le nombre de personnes qui parlent le plus souvent une langue non officielle (autre qu'une langue autochtone) à la maison. Dans les dix dernières années, ce nombre a plus que doublé, passant de 555 à 1325. Depuis avril 2020, les Services d'établissement du Nord-Est de l'Ontario offrent des services directs et indirects aux nouveaux arrivants pour appuyer cette croissance. L'équipe aide aujourd'hui 11 familles de Hearst à Opasatika, et 18 à Kapuskasing et Val Rita-Harty.

Des communautés qui s'ajustent

« Il y a beaucoup plus d'arrivées,



Photo : Marie Rose Kane

Lors d'une activité de patinage organisée par les Services d'établissement, des familles de Kapuskasing se sont rendues à Hearst, où une seule famille ukrainienne est installée. Les enfants ont parlé ukrainien avec d'autres enfants. « Ils se sont tenus ensemble toute la soirée », rapporte Isabelle Chouinard-Roy.

et en grands groupes, surtout avec les étudiants internationaux », souligne le cogestionnaire de programme aux Services d'établissement, Anthony Miron. « Des fois, ça déstabilise les fournisseurs de services ou les propriétaires de logement, mais je pense qu'on a trouvé un équilibre. »

L'année dernière, il a constaté qu'il devait faire beaucoup de gymnastique pour trouver des logements aux nouveaux venus. « Il faut encore en faire, mais ça va mieux, dit-il. Il y a de la générosité : des propriétaires disent "oui, on veut vraiment aider". »

À l'enjeu de l'accès s'ajoute celui de l'accessibilité : les familles doivent trouver des logements abordables, précise Jennifer Coghill. Elle a été témoin d'une famille qui devait faire son marché, assumer les frais de transport et se payer un téléphone avec 600 \$ en poche.

« Souvent, ils parlent à peine l'anglais, alors ils n'obtiennent pas un emploi dans leur domaine, où ils devraient toucher un bon salaire. Ils prennent l'emploi qu'ils peuvent pour avoir un revenu. »

Au-delà du logement

Un défi s'ajoute : celui d'établir un foyer à partir de zéro. Les familles, en particulier les familles ukrainiennes, arrivent avec leur vie entière dans très peu de bagages », a remarqué Mme Coghill. « S'ils sont chanceux, ils arrivent avec une valise ou deux. Ils arrivent avec RIEN », insiste-t-elle.

À leur arrivée, ils ont souvent besoin de vêtements d'hiver et, lorsqu'ils se trouvent un logement, tout est à faire. « Ils ont besoin de tapis, de brosse à récurer pour les toilettes, d'un support pour les brosses à dents, illustre Jennifer Coghill. En leur fournissant ces articles, ils peuvent dépenser leur argent pour

des choses dont ils ont vraiment besoin. »

Règle générale, les services et les bénévoles d'accueil lancent des appels à la communauté et la réponse est positive. Certaines familles font de grands ménages et remettent leur trop-plein aux nouveaux venus. Des organismes locaux comme le Spin Vert et le Comptoir Gamelin à Hearst, le Centre Connexion et le Hey Day à Kapuskasing aident à fournir des meubles, des électroménagers, des ustensiles, de la vaisselle et des vêtements aux nouveaux venus. D'autres organismes organisent des collectes de manteaux.

Cependant, l'aide doit continuer d'affluer pour la relève des Services d'établissements et Jennifer Coghill.

Au-delà du matériel

Les enfants de Tchernobyl qu'Adam Coghill a côtoyé dans les années 1980 et 1990 sont aujourd'hui au Bélarus. Aucun d'entre eux n'a donc eu à venir s'établir au Canada pour fuir la guerre. Mais aujourd'hui, une communauté, comme il a connu enfant, se dessine.

Les nouveaux venus ont besoin d'appui pour meubler leur foyer, mais aussi pour meubler leur quotidien — pour leur intégration dans la communauté.

« Une fois qu'ils sont dans notre communauté, on veut vraiment qu'ils restent. On travaille vraiment fort pour qu'ils aient un sentiment d'appartenance dans la communauté », relève une des deux agentes d'établissement des Services d'établissement du Nord-Est, Lina Caron.

Depuis le 1^{er} février, le prix du lait a augmenté de 2,2 %

Par Steve Mc Innis

Le 1^{er} novembre 2022, la Commission canadienne du lait (CCL) autorisait une augmentation de 2,2 % sur le coût du lait et avait déterminé que cette hausse aurait lieu le 1^{er} février 2023. Une telle augmentation représente un peu moins de deux cents le litre.

Avec l'inflation qui se fait remarquer dans tous les domaines, la société d'État qui supervise le système de gestion de l'offre laitière au Canada n'a d'autres choix que d'approuver cette

augmentation puisque les coûts de production sont aussi à la hausse.

Dans la dernière année, les producteurs ont été aux prises avec une poussée du coût des aliments pour animaux, également de celui des engrais, du carburant ainsi que des taux d'intérêt. C'est sans compter les perturbations dans la chaîne d'approvisionnement.

La CCL a toutefois indiqué que les investissements et les gains de productivité réalisés à la ferme

ont compensé une partie de ces augmentations.

En 2022, la Commission avait

approuvé deux hausses de prix, la première de 2,5 %, et la deuxième était de 8,4 %, soit 6 cents le litre.



Lettre à l'éditeur et lettre d'opinion

Lettre à l'éditeur, 30 janvier 2023

Je désire informer la population sur une situation à laquelle j'ai fait face dernièrement. Je me suis rendu à un rendez-vous médical à l'hôpital Horizon Santé-Nord à Sudbury. Lundi, je prends le temps de réserver une chambre en me rendant dans Internet. Je trouve le motel Travelway Inn de Sudbury, le motel situé juste à côté de l'hôpital.

J'appelle donc pour réserver une chambre en ne sachant pas que cette réservation se fait par l'entremise d'Expedia. Je demande pour le tarif spécial médical. Mon interlocuteur au bout du fil chez Expedia me donne le prix de 171 \$ plus taxe par jour et me confirme que c'est le taux médical. J'arrive au motel le jeudi soir et je demande de confirmer le taux médical de 171 \$ à la personne qui me sert et à ma grande surprise elle me mentionne que le taux médical est de 141 \$ par jour. Je lui dis que j'ai réservé en ligne et elle me mentionne que si c'est Expedia qui répond, Expedia doit prendre sa commission et c'est pourquoi j'ai payé plus cher.

Donc si vous avez un rendez-vous médical à Sudbury ou peu importe l'endroit en Ontario, assurez-vous de ne pas passer par une agence de réservation, puisqu'ils sont toujours les premiers à apparaître dans une recherche Google. C'est très insultant d'apprendre qu'Expedia fait de l'argent en exploitant les personnes qui doivent se rendre à des rendez-vous médicaux et sont dans l'obligation de payer plus cher.

André Rhéaume

LIBRE OPINION – Pas matière à crier au loup !

Ces démarches visent essentiellement à apporter des modifications à la Constitution canadienne, à engager une bataille judiciaire en vue de contester des politiques fédérales allant à l'encontre de l'autonomie provinciale, à limiter l'effet unifiant et centralisateur de la Charte canadienne des droits et libertés et, finalement, à limiter l'exercice du pouvoir fédéral de dépenser dans les champs de compétence provinciaux.

Ce qui agace le plus Ottawa, semble-t-il, c'est l'audace, l'originalité et la créativité de ces initiatives. Celles-ci témoignent en réalité d'un ras-le-bol de la part d'un nombre croissant de provinces à l'égard des interventions de plus en plus fréquentes du gouvernement fédéral dans les compétences provinciales.

Bien que nombre de mesures proposées par l'Alberta ou par la Saskatchewan soient d'une validité plus que douteuse sur le plan constitutionnel, on peut difficilement en dire autant pour l'usage par le Québec de modifications constitutionnelles dans la loi 96 de même que pour l'exercice du pouvoir dérogatoire dans les lois 21 et 96.

En effet, les modifications constitutionnelles prévues dans la loi 96, visant à confirmer que le français est la seule langue officielle du Québec ainsi que la langue commune de la nation québécoise, ne peuvent avoir qu'une portée secondaire, limitée.

De fait, elles ne peuvent porter que sur la Constitution de la province. Elles comportent une série d'exceptions tacites, parmi lesquelles figure l'interdiction d'affecter le jeu des relations fédérales-provinciales ou le compromis fédératif de 1867, ou encore de compromettre ou mettre en péril la structure fondamentale de l'État canadien.

Quant au recours par le Québec à la disposition dérogatoire, il ne donne pas matière à crier au loup. Certes, en cette ère où les droits et libertés sont portés aux nues, la présence dans la Charte canadienne d'un pouvoir dérogatoire a de quoi étonner, voire inquiéter certains.

Cependant, pour mieux comprendre de quoi il retourne, il y a lieu de

rappeler un certain nombre de principes ou de faits ayant forgé la physionomie du Canada :

1) La souveraineté parlementaire

L'influence britannique est manifeste au Canada, ne serait-ce que par l'application de la souveraineté parlementaire. Bien entendu, ce principe est adapté à la nature fédérale de l'État canadien. Il n'en reste toutefois pas moins qu'au moment du rapatriement de la Constitution, les provinces de l'Ouest ont insisté pour que la constitutionnalisation de la Charte canadienne soit accompagnée de l'inscription dans cette dernière d'un pouvoir permettant au législateur de se soustraire, à certains égards, à l'application de la Charte. Il s'agit du pouvoir dérogatoire.

Dans un système politique aussi marqué par la séparation des pouvoirs que l'est le système canadien, le pouvoir dérogatoire présente un compromis intéressant entre les pouvoirs législatif et exécutif d'une part, et le pouvoir judiciaire d'autre part. Il offre aussi un compromis entre les intérêts collectifs et les droits individuels ainsi qu'entre les préoccupations fédérales et l'autonomie provinciale.

2) La diversité canadienne

En 1867, le choix conscient du fédéralisme par les pères fondateurs du Canada était dû notamment à leur volonté de préserver et de promouvoir la diversité canadienne, parmi laquelle se trouvait la spécificité québécoise.

Malgré tout, l'ajout en 1982 de la Charte canadienne dans la Constitution du Canada a eu un certain effet uniformisant, surtout telle que cette charte est interprétée par les tribunaux et, au premier chef, par la Cour suprême du Canada.

Face à ce côté nivelant de ladite charte, il existe un « instrument » susceptible de ramener la diversité canadienne au premier plan : le pouvoir dérogatoire. Cela profite notamment au Québec, puisque ce pouvoir constitue de nos jours l'une des seules mesures constitutionnelles mises à sa disposition pour faire valoir son unicité et son particularisme au Canada.

3) La judiciarisation

Comme dans bien des démocraties libérales, le pouvoir judiciaire en mène large au Canada. Les tribunaux y sont des acteurs du changement. Ils y sont même, par leurs jugements, des leviers de l'évolution de la Constitution canadienne, voire des moteurs de la modification indirecte du corpus constitutionnel.

S'ils ne disposent pas du pouvoir constituant à proprement parler, les cours de justice contribuent néanmoins à l'adaptation de la Constitution en fonction des réalités et besoins changeants de la société.

En ce sens, ils font partie, dans une certaine mesure, des voies de contournement du cadre constitutionnel lui-même, c'est-à-dire qu'ils offrent une solution de rechange à l'application de la procédure formelle de modification constitutionnelle.

Or, le pouvoir dérogatoire laisse le dernier mot sur certaines questions sensibles au législateur plutôt qu'au pouvoir judiciaire. Cela permet ainsi au Québec de faire des choix collectifs différents de ceux de ses partenaires fédératifs et d'exprimer sa spécificité dans l'ensemble canadien.

Benoît Pelletier

**avocat émérite, docteur en droit et
professeur éminent à l'Université d'Ottawa**

  	Équipe Steve Mc Innis <i>Directeur général et éditeur</i> smcinnis@hearstmedias.ca Sylvie Turgeon <i>Adjointe à la direction</i> adjdirection@hearstmedias.ca Maël Bisson <i>Journaliste</i> maelbisson.97@gmail.com Dan Yangary <i>Graphiste</i> pub@hearstmedias.ca Karine Vallée <i>Réception et distribution</i> info@hearstmedias.ca	Anouck Guay <i>Webmestre</i> web@hearstmedias.ca Guy Morin <i>Collaborateur</i> Manon Longval <i>Ventes</i> vente@hearstmedias.ca Claire Forcier <i>Révisseuse bénévole</i> Suzanne Dallaire Côté Claudine Locqueville Renée-Pier Fontaine Serge Morissette <i>Chroniques</i> Sites Web lejournallenord.com	Journal électronique lejournallenord.com (imprimée) Facebook fb.com/lejournallenord Fondation Donatien-Frémont 613 241-1017 Canadian Media Circulation Audit circulationaudit.ca 416 923-3567 Lignes agates marketing anne@lignesagates.com 866 411-7487 Journal Le Nord 1004, rue Prince, C.P. 2648 Hearst (ON) P0L 1N0 705 372-1011	Notre journal rectifiera toute erreur de sa part qui lui est signalée dans les 48 heures suivant la publication. La responsabilité de notre journal se limite, dans tous les cas, à l'espace occupé par l'erreur, pourvu que l'annonce en question nous soit parvenue avant l'heure de tombée. Il est interdit de reproduire le contenu de ce journal sans l'autorisation écrite et expresse de la direction. Nous remercions l'aide financière du Gouvernement du Canada, par l'entremise du Fonds du Canada pour les périodiques pour nos activités d'édition. Prenez note que nous ne sommes pas responsables des fautes dans plusieurs des publicités du journal. Nombreuses sont celles qui nous arrivent déjà toutes prêtes et il nous est donc impossible de changer quoi que ce soit dans ces textes. ISSN 1199-0805  
--	---	--	---	---

Stimuler l'interaction sociale suffit-il pour que les nouveaux venus restent ?

Par Andréanne Joly – IJL – Réseau.Presse – Le Voyageur

Les services d'accueil misent sur la communauté locale pour contribuer à retenir les nouveaux arrivants dans le Nord-Est ontarien. « Il faut aller vers eux. Connaître l'humain », plaide Isabelle Chouinard-Roy, gestionnaire des Services d'établissement du Nord-Est de l'Ontario, actif dans la région de Hearst à Smooth Rock Falls.

Les soirées de patinage suffisent-elles ?

Selon une étude de l'Institut des politiques du Nord parue en décembre, « le manque d'interaction sociale avec les autres résidents » constitue le défi le plus important exprimé par les répondants.

Isabelle Chouinard-Roy cite le cas d'une mère nouvellement installée : « Au début, elle trouvait ça long. Chez elle, les portes étaient ouvertes, les gens venaient prendre un café, amenaient les enfants. »

Des activités d'intégration

Les Services d'établissements, entre autres organisations, planifient des activités comme des soirées de patinage, des journées d'initiation au ski à l'intention de leur clientèle. Le but est de créer un sentiment d'appartenance « entre eux et avec d'autres personnes de la communauté », assure Mme Chouinard-Roy. Elle espère aussi que des concitoyens



Souper traditionnel de Noël avec les membres du club Rotary de Kapuskasing. Les familles de Hearst se sont déplacées pour l'occasion. Le groupe a ensuite participé au Festival des lumières.
Photo : Marie Rose Kane

tendent la main à leurs nouveaux voisins.

Son collègue Anthony Miron a été témoin de quelques initiatives personnelles. « Souvent, ça part du travail, d'un collègue ou de l'employeur qui pose des petits gestes », dit-il. Par exemple, un amateur de motoneige qui offre une randonnée à son nouveau collègue et à sa famille.

Aux Services, l'une des agentes d'intégration a passé l'Halloween avec deux enfants qui ne connaissaient pas la tradition. Elle leur a trouvé un déguisement et les a accompagnés pour le porte-à-porte. « Au début, les parents n'étaient pas certains : aller

cogner chez les gens, demander des bonbons à des étrangers », commente en souriant Anthony.

Tisser des liens

Pour Jennifer Coghill, une Kapuskoise qui a participé à l'accueil de sept familles ukrainiennes, il est essentiel d'assurer que les nouveaux venus puissent aussi vivre leurs traditions.

Dans cette optique, des membres de la communauté ont profité de la veille du jour de l'An pour incarner deux personnages folkloriques : la fée des neiges et un Père Noël (дід мороз et снігуронька ou did moroz et snihuron'ka). Ainsi costumés, ils ont distribué des cadeaux et des

bonbons traditionnels aux huit enfants ukrainiens à Kapuskasing. La surprise a été bienvenue. La bienfaitrice aimerait que les choses aillent plus loin et que se forme un club ukrainien, comme elle en voyait quand elle était enfant, à Oshawa. Même si ces familles proviennent toutes de différentes régions de l'Ukraine, « [elles] pourraient se rassembler, célébrer, vivre et faire vivre leurs traditions. C'est bien de voir ces amitiés se nouer et de les voir créer quelque chose de positif de la situation », témoigne-t-elle.

Le travail avant l'appartenance

Malgré les initiatives lancées localement, il ne semble pas que le facteur social soit le premier pour assurer la rétention des nouveaux arrivants. Selon l'étude de l'Institut des politiques du Nord, 63 % des immigrants francophones qui ont quitté leur communauté d'accueil y connaissent pourtant un sentiment d'appartenance positif ou très positif. En fait, 36 % des immigrants parlant français ont choisi de la quitter pour trouver un meilleur emploi et 32 % pour poursuivre leurs études.

Peu importe : les services et les bénévoles tiennent à ce sentiment d'appartenance et d'intégration, en espérant qu'il fasse la différence.

La question de la semaine!

Quel modèle de voiture avez-vous acheté chez

Ford LECOURS MOTOR SALES



On attend vos réponses sur la page Facebook du journal Le Nord et de la radio CINN 91,1

Fierté Communautaire

Voici le témoignage d'une répondante à la question de la semaine dernière qui était :

Pour quel événement spécial avez-vous été magasiner chez

Marybelle
mode féminine

Moi, je me suis trouvé des bottes d'hiver de marque Blondo comme je cherchais depuis longtemps!!

Merci pour le bon service...

- Lise

Merci pour votre participation !!!!

LES Médias de l'épinière noire

JOURNAL LE NORD CINN 91,1

Caisse Alliance

bakertilly

hearst

Université de Hearst

NORD-ASKI
CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE RÉGIONALE
REGIONAL ECONOMIC DEVELOPMENT CORPORATION

CONCOURS COURRIER DU CŒUR

Obtenez une moitié de cœur dans le journal Le Nord (édition du 2 février) ou chez l'un de nos commerçants participants et trouvez l'autre moitié qui lui correspond.

Lorsque vous aurez trouvé l'autre moitié du cœur dans l'une des entreprises qui participent à la Fierté Communautaire, écrivez vos coordonnées à l'endos du cœur et remettez-le à l'entreprise qui lui correspond.

Vous avez jusqu'au 13 février à midi pour participer.
Ce concours s'adresse aux personnes de 19 ans et plus.
Le tirage se fera à CINN 91,1 le 14 février à 15 h 30.



Commerces participants :

Fortier's
ELECTRONICS
Stationery / Papeterie

Co-op de Hearst
castle
Hearst Co-op

Kege Boutique

Le Conseil
des Arts
de Hearst

Viljo's
Home
furniture

SAM'S
CAR SALES

pepco

VILLENEUVE
CONSTRUCTION

Expert
GMC

Pharmacie Novena
PharmaChoix

FG
GIRARD
CONSTRUCTION

Typers
PRINT & TACKLE

Ted Wilson

Ford
LECOURS
MOTOR SALES

BRIAN'S
CAR REPAIR

HEARST
Expert Garage
FINANCING

LAGROIX OPTICAL

CANADIAN
TIRE

Super 8
BY WYNDHAM

la maison
VERTE
GREENHOUSE

PP
BAR GRILL

King's Cafe
Coke

John's
RESTAURANT
PIZZERIA

KALTIRE

IEBEL
CHAINSAW.CA

Présenté
par :

LES Médias
de l'épinière noire
LE JOURNAL
LE NORD
CINN91.1

Caisse
Alliance

bakertilly

hearst

Université
de Hearst

NORD-ASKI
CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE RÉGIONALE
REGIONAL ECONOMIC DEVELOPMENT CORPORATION

CAMPAGNE FIERTÉ COMMUNAUTAIRE

En 2023, soyons fiers de notre communauté, restons positifs et faisons partie de la solution! Assurons-nous que Hearst se démarque et contribuons à une économie locale forte pour un avenir meilleur!



L'après-confinement

On a été encabanés assez longtemps! C'est le temps d'aller magasiner en personne, de voir des gens, de jaser dans les allées et de découvrir ce que nos marchands locaux qui ont buché pour rester en affaires ont à nous offrir! Les statistiques démontrent que 69 % des gens disent préférer aller en magasin, mais seulement 48 % des gens disent fréquenter activement les détaillants locaux. Et si on visait quelques pour cent de plus pour contribuer à la survie de nos entreprises, et de profiter pleinement de ce qui nous est offert? Parce que le monde commence ici et qu'ensemble, on fait grandir notre communauté.

Parce que le monde commence ici et qu'ensemble, on fait grandir notre communauté.

LES Médias
de l'épinière noire

LE JOURNAL
LE NORD
CINN91.1

Caisse
Alliance

bakertilly

hearst

Université
de Hearst

NORD-ASKI
CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE RÉGIONALE
REGIONAL ECONOMIC DEVELOPMENT CORPORATION

Guy Morin : écrire et livrer un spectacle d'humour devant public, CHECK!

Par Steve Mc Innis

À 50 ans, Guy Morin estimait que sa *bucket list* n'était pas suffisamment cochée et une prestation humoristique devant un public était un rêve pour lui. Toujours dans la salle du Conseil des Arts de Hearst lorsqu'un humoriste venait offrir une prestation à Hearst, il étudiait les faits et gestes de ces artistes. Vendredi dernier dans le cadre d'une présentation entièrement locale, c'était à son tour d'épater la galerie.

Le travailleur acharné de l'épicerie Brian's Indépendant et animateur infatigable de l'émission *Le Fanatique* diffusée sur les ondes de CINN 91,1 tous les mercredis soir de 19 h à 21 h était prêt à monter sur les planches pour présenter ses histoires 100 % vraies, selon lui. « Mon texte a bien défilé, je l'avais appris par cœur, mais j'ai quand même improvisé. C'étaient des histoires vécues, donc même si je ne me souvenais pas du texte, je pouvais raconter l'histoire quand même », indique-t-il. Des histoires vraies en totalité,



Photo : Francine Savoie-Jansson

rien d'inventé, mais un peu moussées, finira-t-il par avouer. Devant une salle pleine de 240 personnes en style cabaret, l'humoriste en herbe se souviendra longtemps de ce moment. « J'ai juste trouvé ça génial. C'est vraiment un grand *rush*. Enchanté, ce n'est même pas assez comme sentiment. C'était sur ma *bucket list* et je suis vraiment content que ce soit fait. » En lever de rideau, Guy avait choisi la chanson de Dany Bédar, *On a tous une histoire à conter*,

afin de mettre la table sur ses souvenirs, surtout familiaux. « J'ai eu que des éloges, j'étais vraiment préparé et je ne savais pas jusqu'à quel point j'allais improviser. J'avais même pas pratiqué devant personne; ma blonde pis mes enfants voulaient pas que je leur fasse. » Pour l'instant, l'humoriste local ne semble pas vouloir préparer une tournée internationale. « Je n'ai jamais envisagé d'en faire une carrière, c'était seulement quelque chose que je devais vivre.

La plupart de mes histoires se sont passées dans la région, donc ça ne fonctionnerait pas partout ailleurs, les spectateurs ne comprendraient rien. »

Il a quand même reçu quelques invitations pour des performances locales et ne ferme pas la porte à l'idée de représenter le même spectacle. « Si l'occasion se présente, oui. Le carnaval de Jogues aimerait que j'y aille. Je ne suis pas certain, parce que j'aimerais avoir du nouveau stock. Mais, il y a toujours la possibilité de refaire le même pour les personnes qui n'étaient pas là. »

Du côté du Conseil des Arts, la directrice générale et artistique, Valérie Picard, s'est dite heureuse de la performance de Guy, et l'équipe ne regrette pas de l'avoir invité. « J'ai trouvé ça super bien, surtout pour une toute première en humour. Il avait une bonne maîtrise de la scène et de son texte, et il y avait un échange d'énergie généreux entre lui et la foule, qui a ri tout au long de la prestation. »






Spectacle de danse urbaine avec

PRIMADANSE

METTANT EN VEDETTE DES ÉLÈVES DE LA 5^E ET 6^E ANNÉE

16 février 2023 à 19 h

Procurez-vous des billets en ligne
ou en communiquant avec nous.

☎ 705 362-4900
🌐 conseildesartsdehearth.ca



Canada



10hearth



COLLÈGE BORÉAL
éducation - innovation - recherche



Conseil scolaire public
du Nord-Est de l'Ontario

École publique
Passeport Jeunesse

Il est risqué d'être physiquement inactif ou trop longtemps assis ?

Par Kathleen Couillard



Agence
Science-Press

VRAI !



Nos vies ne sont pas seulement plus sédentaires que celles de nos grands-parents : nous passons de plus en plus de temps en position assise. Ces dernières années, différents intervenants ont allégué que cette habitude pouvait avoir des conséquences négatives sur la santé. Le Détecteur de rumeurs a exploré ce qu'il en était.

Plusieurs médias ont notamment fait écho à ces préoccupations. Certains organismes vont jusqu'à comparer le fait d'être assis au tabagisme : une étude avait même découvert 600 articles de presse qui, entre 2012 et 2016, évoquaient cette comparaison (en anglais, « is sitting the new smoking? »).

Les effets sur la santé d'être assis

Plusieurs études se sont effectivement penchées sur la question depuis une dizaine d'années. Par exemple, une équipe britannique, en 2012, a conclu d'une revue de 18 études que les comportements « assis » étaient associés à une augmentation du risque de diabète de type 2, de maladies cardiovasculaires et de mortalité, peu importe la cause. Une autre étude qui date de 2015 et qui s'était penchée spécifiquement sur l'écoute de la télé a noté que, sur une période de 14 ans, une écoute « prolongée » (définie comme une augmentation de deux heures par jour) était associée à un risque plus élevé de mortalité.

Enfin, selon une étude suédoise sur la santé au travail publiée en 2021, les personnes qui sont constamment assises au travail disent se sentir en moins bonne santé et souffrir davantage de douleurs au cou et au dos.

Il va sans dire que l'effet de la position assise dépend du temps qui y est passé. Les données suggèrent des conséquences négatives à partir de plus de sept heures assises par jour, expliquent des chercheurs canadiens et australiens qui avaient analysé en 2018 la littérature scientifique récente.

Qu'est-ce que la sédentarité ?

Toutefois, dès 2006, une équipe internationale de chercheurs se questionnait sur le fait que les différentes études sur la sédentarité n'utilisaient pas toujours les mêmes définitions pour décrire la position assise, ce qui complique l'interprétation des résultats.

Le problème commence avec la définition même de la « sédentarité ». Les chercheurs canadiens et australiens cités plus haut rappellent ainsi que les comportements sédentaires n'incluent pas seulement la position assise, mais tous les comportements éveillés caractérisés par une « faible dépense énergétique ». C'est le cas par exemple de la position debout immobile des proposées aux caisses, par exemple, qui peut entraîner tout un lot de problèmes additionnels, comme le soulignait déjà l'étude de 2006.

Et si des chercheurs ont inclus le temps passé devant la télé dans le bilan des heures en position assise, l'article de 2006 estimait que cela peut fausser les résultats. Cette opinion est partagée par des chercheurs australiens qui, en 2016, ont tenté d'établir si le fait de passer beaucoup de temps assis était vraiment responsable d'une

augmentation du risque de mortalité prématurée. Ils soulignent que le fait de regarder la télévision est associé à plusieurs facteurs confondants et moins bons pour la santé, comme grignoter.

Le danger : être assis ou ne pas bouger ?

Ces chercheurs australiens ont évalué huit revues systématiques, en se basant sur ce qu'on appelle les critères de Bradford Hill pour évaluer si on peut conclure à un lien de cause à effet. Leur conclusion est qu'il y aurait bel et bien un lien « fort » entre le temps passé assis et la mortalité, en raison notamment de la stabilité de ce lien dans le temps. Les auteurs soulignent toutefois que cette association n'est observée que chez les personnes peu actives, ce qui ramène encore une fois à la définition de « sédentarité ».

L'article de 2006 avait aussi noté que le lien entre le temps passé assis et la mortalité semblait dépendre du niveau d'activité physique des individus. De même, deux études de 2014 et de 2015 ont montré que les risques associés au temps assis étaient plus élevés chez les personnes qui étaient peu actives physiquement.

Selon ces chercheurs, il faut donc se demander si le fait d'être assis a vraiment des conséquences qui sont indépendantes du manque général d'activité physique. Les chercheurs australiens ne sont pas d'accord : ils soulignent qu'il est possible d'être très actif en général, tout en passant beaucoup de temps assis.

Remplacer le temps assis par du temps actif ?

Plus récemment, une étude réalisée dans trois pays a conclu que de réduire le temps passé assis ne serait pas suffisant pour améliorer la santé chez les personnes complètement inactives. En d'autres termes, remplacer le temps assis par du temps debout ne serait pas suffisant : vaudrait mieux le remplacer par de la marche ou par une activité plus vigoureuse.

Une étude publiée dans The Lancet en 2016 avait pour sa part conclu que de faire 60 à 75 minutes d'activité physique par jour éliminait le risque posé par le fait d'être assis huit heures ou plus par jour. Autrement dit, selon le premier auteur de l'article, une heure d'activité physique compenserait huit heures d'inactivité.

C'est ce vers quoi tendait déjà l'étude de 2006 : plutôt que de recommander aux gens de passer moins de temps assis, on devrait les encourager à bouger davantage, peu importe l'intensité de l'activité.

Verdict

Passer beaucoup de temps assis est bel et bien associé à une augmentation du risque de mortalité. Toutefois, cette association est probablement due au manque d'activité physique et non à la position elle-même.

spécial!

RADIO BINGO!

Ce samedi
4 février à 11 h

3000 \$
en prix à gagner

Sur les ondes de **CINN911**

La fierté communautaire selon une citoyenne : Claire Forcier, fière citoyenne de Hearst

Claire Forcier, comme plusieurs avant et après elle, a quitté sa communauté natale pour poursuivre ses études supérieures à Sudbury et Ottawa, mais est rapidement revenue dans la région pour s'y installer de façon permanente. Pour elle, la ville de Hearst a plusieurs atouts qui ont de quoi rendre fier.

Ce premier pilier de fierté se retrouve au cœur même de sa communauté qu'elle considère comme une grande équipe. « Parce qu'on est une communauté isolée, probablement c'est ce qui fait de nous des gens débrouillards, des entrepreneurs, on s'entraide et on est comme une grande famille », exprime-t-elle. À cela s'ajoute la participation des commerçants qu'elle admire pour leur énergie, leur patience et leur générosité lorsqu'il est question de levées de fonds pour les divers organismes communautaires, ainsi que la jeunesse qui revient au bercail, comme elle, pour s'établir, s'impliquer et fonder une famille.

« Il y a aussi nos organismes puis ça, j'en suis hyper fière, car nous avons ici, pour une communauté de 5000 personnes, une université, un collège, des médias, un hôpital, des garderies et plein d'organismes importants », souligne-t-elle. « Ils ne sont pas juste présents, on s'en occupe, ils sont bien utilisés et ils sont de qualité. »

Au fil des ans, Claire Forcier a accumulé plusieurs fonctions dans divers comités. En ce moment, c'est surtout envers les médias qu'elle s'implique, où elle est responsable de la révision de textes, ayant à cœur le journal communautaire. Son implication ne s'arrête pas là. Elle siège aussi au comité des parents et grands-parents de l'École Passeport Jeunesse, est membre du conseil d'administration de l'Intégration Communautaire ainsi que du Comité d'accessibilité et bénévole pour le centième de la Ville.

« Je pourrais aussi dire que j'assiste à tous les spectacles du

Conseil des Arts et aux matchs de hockey des Lumberjacks », ajoute-t-elle.

C'est ce sentiment d'appartenance qui pousse Claire à encourager l'économie et l'achat local, car selon elle, on finit toujours par trouver ce qu'on cherche : « si le commerçant ou l'entreprise en question n'a pas ce qu'on veut, la plupart du temps, ils vont s'organiser pour nous le trouver ».

Ce sentiment ne date pas de la veille. Il y a maintenant plus de dix ans, elle œuvrait sur un projet pour faire en sorte que Hearst devienne une « ville amie des aînés », c'est-à-dire adapter la communauté dans le but de la rendre favorable aux personnes âgées ou à mobilité réduite, grâce à l'engagement politique, la planification et l'action. Un tel développement encourage aussi l'établissement des jeunes familles.

« Si la ville est accessible aux aînés, ça veut aussi dire que c'est pratique pour les jeunes familles », mentionne-t-elle. « Par exemple, avec une poussette pour enfants, on sait que les commerces sont accessibles avec une rampe pour faciliter l'entrée. »

Pour Claire, ce sont tous ces différents jalons qui font de Hearst l'exemple d'une municipalité presque parfaite. À son avis, deux établissements clés sont manquants au plein potentiel du développement de la ville. « Je pense que tout le monde le sait, j'aurais bien aimé être capable de mettre sur pied une résidence pour personnes âgées, style condo. Quand j'ai travaillé au projet de l'Organisation mondiale de la Santé pour une « ville amie des aînés », c'était la seule chose qu'il aurait été souhaitable d'ajouter. Cependant, pour la population en général, je dirais qu'il manque un aéroport commercial. Au lieu d'aller à Timmins pour prendre l'avion, on pourrait le faire ici ! »



Dans le temps comme dans le temps

Vivre dans les années 50 :

les Teen Towns et les danses du Northway

Une chronique de Serge Morissette



En 1958, Eddy Denommée, propriétaire du restaurant Northway commence à organiser des spectacles et des danses les fins de semaine. Eddy était un excellent danseur de la grande valse et du Rock 'n' Roll. Avec la venue de Elvis Presley et du Rock 'n' Roll dans les années cinquante, on remarquait partout en Amérique du Nord une affirmation des adolescents et des adolescentes (teens) qui voulaient se créer une place dans la société. Eddy s'est montré très clairvoyant en créant un centre (chansons, danses, restaurant) dédié aux adolescents (du moins pour les fins de semaine), nommé Teen Town. J'avais alors 11 ou 12 ans et je me rappelle avoir entendu chanter Andy Cowie. Il chantait des chansons westerns et il avait une très belle voix. D'ailleurs, plus tard, il a fait carrière comme chanteur dans l'Ouest canadien. Je me rappelle aussi avoir entendu Mario Barrette chanter Blue Suede Shoes, un des grands succès d'Elvis Presley. Tous les jeunes présents étaient émerveillés. Après quelques années, le Teen Town a cessé d'exister, mais les danses ont continué dans le sous-sol de l'édifice avec des groupes de musique locaux.

Sur la photo, on reconnaît plusieurs des élèves du Hearst High School dans le temps. Merci à Aimé Chevrier pour la photo, à Ernie Bies qui a fait l'identification des participants et à l'Écomusée de Hearst pour avoir publié la photo.

Au début des années 60, ces danses étaient très populaires. Je travaillais au Théâtre Royal dans le temps et je finissais vers 22 h. Aussitôt que j'avais fini de changer le titre du film et le nom des acteurs principaux sur la grande affiche au-devant du théâtre, je m'empressais d'aller rejoindre mes amis, soit Alan Etmanski, Garry Martin et plus tard Jean-Guy Lapointe, Larry Turner, François Camiré pour les dernières heures de la danse.

Il faut dire qu'Eddy encourageait les groupes de musique de Hearst. Voici certains musiciens qui nous ont divertis lors de ces danses.

Remarquez que je n'inclus pas le nom des groupes parce que ma mémoire n'est pas raffinée à ce point.

- Carol J. Barrette, Lionel et Marcel Levasseur, Roland Hince et Darquise Rodrigue

- Jean-Guy Lapointe, Michel Bouchard et Claude Allard

- Godfroy Veilleux, Paul Mallette, Paul Joanis et Rose Veilleux

- Angelo Mastelloto, Laurent Joanis, Ronald Levesque, -- Saulnier, Mario Barrette

- Et je crois que Lise Camiré Laflamme, Yvonne Camiré-Lehoux, Georgette Villeneuve et Louise Tanguay ont joué aussi.

Vers la fin des années 60, ces danses se sont dissipées dans un environnement changeant comme partout ailleurs dans les pays de l'Ouest. C'était l'ère des Beatles, de Bob Dylan et du film *Easy Rider*.



MOT CACHÉ

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

Thème : Théâtre / 5 lettres

A	Décor	M	Régie
Accessoires	Dialogue	Maquillage	Réplique
Acte	Distribution	Masque	Répétition
Adaptation	E	N	Représentation
Affiche	Éclairage	Musique	Rideau
Auteur	G	Narration	Rires
B	H	O	Rôle
Bruiteur	Générale	Oeuvre	S
C	I	P	Scénario
Chaise	Histoire	Opéra	Souffleur
Chorégraphie	Humour	T	Tableau
Coiffure	J	Personnage	Texte
Comédien	Improvisation	Pièce	V
Costumes	Interprétation	Plateau	Voix
Coulisses	Intrigue	Projecteur	
Création	L	Public	
Culture	Jeu	Q	
D	R	Quiproquo	
Danse	Lecture	R	
	Loge	Rampe	

Soyez informés avec les nouvelles de CINN 91,1!

À CHAQUE HEURE!

Nouvelles locales / régionales / nationales et sports

7 h / 8 h / 9 h / 12 h

Nouvelles du soir (locales)

15 h / 16 h / 17 h

CINN91.1.com

Réponse du mot caché :

SCÈNE

RAVIOLIS AU FROMAGE ET SAUMON FUMÉ



INGRÉDIENTS

- 450 g (1 lb) de raviolis au fromage et aux épinards surgelés
- 375 ml (1 1/2 tasse) d'eau
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 45 ml (3 c. à soupe) de graines de sésame grillées
- 1 pincée de poudre d'ognon
- 50 g (2 tasses) de roquette
- 1/2 oignon rouge, émincé
- 250 ml (1 tasse) de crème sure
- 140 g (5 oz) de saumon fumé tranché
- 1 citron, coupé en quartiers

ÉTAPES DE PRÉPARATION

- Dans une poêle antiadhésive, placer les raviolis, puis verser l'eau et l'huile. Porter à ébullition et laisser mijoter en remuant régulièrement, jusqu'à ce que l'eau soit complètement évaporée.
- Ajouter les graines de sésame et la poudre d'ognon. Saler et poivrer. Poursuivre la cuisson à feu élevé 5 minutes en remuant jusqu'à ce que les raviolis soient légèrement dorés, sans être secs.
- Répartir les raviolis dans des assiettes. Garnir de la roquette, de l'oignon rouge, de la crème sure et du saumon fumé.
- Accompagner de quartiers de citron.



SUDOKU

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

RÈGLES DU JEU :

RÉPONSE DU JEU N° 807

Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases.

Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. Ne pas oublier : vous ne devez jamais répéter les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.

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



Sincères remerciements

MAURICE LECLERC
1936 - 2022

Nous tenons à remercier tous ceux qui nous ont soutenus suite au décès de notre époux / père.

Merci à Cathy Fournier pour son professionnalisme, sa grande compassion et son appui. Merci à Jason Gabel pour les bons soins.

Merci au père Duolomane Okamba, à la chorale ainsi qu'à Olivier Corbeil pour la belle cérémonie et merci aux Auxiliaires de Mattice-Val Côté pour le succulent repas.

Merci pour les appels téléphoniques, les visites au salon, les fleurs, les repas, les dons ainsi que tout autre geste réconfortant porté à notre égard.

Merci à toutes les personnes qui se sont déplacées de près et de loin pour être à nos côtés.

Bibiane, Rachel, Lise et Manon



LA CORPORATION DE LA VILLE DE HEARST

APPEL D'OFFRES LOCATION DE LA « PRO SHOP »

Des soumissions cachetées seront reçues à l'hôtel de ville, 925, rue Alexandra, Hearst, jusqu'à 15 h 30, le jeudi 16 février 2023, pour la location de l'espace « Pro Shop » au Centre récréatif Claude-Larose.

L'offre doit préciser l'usage proposé, le prix offert et toute autre information pertinente. L'entente proposée est d'une durée de trois (3) ans, avec possibilité de renouvellement.

Pour visiter le local ou pour obtenir plus d'information, veuillez communiquer avec Nathalie Coulombe, directrice des parcs et loisirs, au **705 372-2803** ou ncoulombe@hearst.ca.

Les formulaires de soumission et les conditions de location sont disponibles à l'hôtel de ville de Hearst ou en contactant Annie Lemieux, au **705 372-2830** ou alemieux@hearst.ca.

La Municipalité se réserve le droit de refuser l'une ou l'autre ou toutes les soumissions, et la plus élevée ne sera pas nécessairement acceptée.

Ville de Hearst
925, rue Alexandra, S.P. 5000 Hearst,
Ontario P0L 1N0
townofhearst.ca



CORPORATION DE LA VILLE DE HEARST

OFFRE D'EMPLOI

Percepteur(rice) d'impôts fonciers / Commis aux comptes recevables

Poste à temps plein, temporaire (durée de 14 mois)

La Ville de Hearst est à la recherche d'une personne dynamique, fiable, autonome et très structurée pour pourvoir le poste de percepteur(rice) d'impôts fonciers / commis aux comptes recevables.

Responsabilités principales :

- ✓ Maintenir le rôle d'évaluation municipale, effectuer la facturation et percevoir les taxes foncières et autres frais;
- ✓ Expédier les factures d'utilisation de biens ou services municipaux et en assurer la perception;
- ✓ Préparer une variété d'entrées comptables et de rapports financiers et comptables.

Compétences requises :

- ✓ Diplôme collégial ou universitaire en administration des affaires avec de préférence une concentration en comptabilité;
- ✓ La personne doit démontrer une aptitude marquée en informatique;
- ✓ Le bilinguisme est nécessaire;
- ✓ De bonnes aptitudes en communication orale et écrite.

Salaire :

Le salaire est établi en fonction du programme d'administration salariale, qui se situe entre 27,95 \$ et 35,40 \$ l'heure, proportionné aux qualifications et à l'expérience. Un programme complet d'avantages sociaux avec plan de pension OMERS est offert.

Pour une description de tâches plus détaillée, veuillez consulter le site Web de la Ville : www.hearst.ca

Les personnes intéressées devront soumettre leur candidature avant **16 h, le jeudi 16 février 2023**, à l'adresse suivante ou par courriel :

Mireille Lemieux, trésorière
Corporation de la Ville de Hearst
925, rue Alexandra
Sac postal 5000
Hearst, Ontario P0L 1N0
townofhearst@hearst.ca

La Corporation de la Ville de Hearst est un employeur qui souscrit à l'égalité des chances et qui répond aux besoins des demandeurs en vertu du Code ontarien des droits de la personne et de la Loi sur l'accessibilité pour les personnes handicapées de l'Ontario (LAPHO) pendant toutes les étapes du recrutement et du processus de sélection. Veuillez communiquer avec la personne susnommée pour toute demande d'accommodement.



L'INFO SOUS LA LOUPE

VENDREDI 11 H

EN REPRISE SAMEDI 9 H

CINN911.com

DISPONIBLE SUR LE SITE WEB CHAQUE LUNDI





OFFRE D'EMPLOI

GESTIONNAIRE DES SERVICES ALIMENTAIRES ET DE LA BUANDERIE

POSTE À TEMPS PLEIN

Le Foyer des Pionniers est à la recherche d'une personne qualifiée et expérimentée en gestion des services alimentaires pour des fonctions relatives à la supervision et la coordination des activités du personnel des services alimentaires et de la buanderie afin d'assurer le bon fonctionnement et le rendement du service. Le/la gestionnaire offre un service à la clientèle de façon professionnelle et planifie, développe et évalue des menus selon les profils nutritionnels des bénéficiaires. Le/la gestionnaire effectue la gestion des ressources humaines, physiques et financières en utilisant les outils technologiques appropriés et selon les procédures et politiques du Foyer et la *Loi de 2021 sur le redressement des soins de longue durée*. Il/elle fait partie intégrante de l'équipe de gestion.

Qualifications et aptitudes :

- Détention d'un diplôme collégial ou universitaire en gestion de la nutrition et des services alimentaires;
- Membre actif de la Société canadienne de gestion de la nutrition ou diététiste agréée;
- Compétences en matière de sciences alimentaires, d'hygiène et de salubrité ainsi qu'en préparation des aliments;
- Connaissances en santé et sécurité;
- Fortes aptitudes avec logiciels de bureau;
- Apte aux initiatives et prédisposé(e) à travailler avec autonomie;
- Personne discrète et courtoise, qui entretient des relations de travail harmonieuses avec son entourage;
- Bilinguisme (français/anglais) oral et écrit est essentiel;
- Vérification policière relative aux personnes vulnérables récente ou volonté de l'obtenir.

Les personnes intéressées sont priées de faire parvenir leur demande d'emploi au plus tard le **2 février, 15 h** à l'attention de :

Nathalie Morin - Directrice générale

nmorin@hearst.ca

Foyer des Pionniers

67, 15^e Rue, C.P. 1538

Hearst, ON P0L 1N0

Téléphone : 705 372-2978

Télécopieur : 705 372-2996

Nous remercions à l'avance toutes les personnes qui soumettront leur candidature. Toutefois, nous communiquerons uniquement avec celles sélectionnées pour les entrevues.



GENERAC®

AUTHORIZED DEALER

SALES | SERVICE | INSTALLATION

Stéphane NÉRON
Electrical contractor

705 362-4014

ElectricalPowerSolutions@outlook.com

RESIDENTIAL | COMMERCIAL | INDUSTRIAL



896, promenade Riverside
Timmins, ON P4N 3W2

DEMANDE D'INTÉRÊT PUBLIC/PUBLIC INTEREST REQUEST

Conseil entier/The entire school board

« Établir une liste d'entrepreneurs préapprouvés »

« Establish a list of pre-approved contractors »

Veuillez consulter notre site Web à www.cscdgr.education sous la rubrique : Conseil/Appels d'offres et demandes de propositions ou communiquer avec Alain Comeau, superviseur de l'entretien, en composant le 705 335-0961.

For further information, please contact Alain Comeau at 705 335-0961.

Roger Grégoire
Président du Conseil

Sylvie Petroski
Directrice de l'éducation
et secrétaire-trésorière



**HÔPITAL
NOTRE-DAME**
HOSPITAL (HEARST)

OFFRE D'EMPLOI - POSTE TEMPS PLEIN PERMANENT

AGENT-E DE LA PAIE

L'agent-e de la paie est responsable de préparer la paie du personnel de l'Hôpital Notre-Dame et l'Hôpital de Smooth Rock Falls.

Qualifications :

- Diplôme collégial ou universitaire en administration des affaires;
- Désignation de l'Association canadienne de la paie serait un atout;
- Trois (3) ans d'expérience dans le département de la paie et gestion des avantages sociaux, préférablement dans le milieu des soins de santé et/ou syndiqué;
- Excellentes compétences interpersonnelles;
- Autodiscipliné, autonome et attentif aux détails;
- Capacité de communiquer dans les deux langues officielles (oral et écrit).

Veuillez faire parvenir votre curriculum vitae par courriel avant le **16 février 2023 à :**

Ressources humaines
hr@ndh.on.ca

Veuillez visiter notre site Web pour une description de poste complète : www.ndh.on.ca

Nous communiquerons seulement avec les personnes dont la candidature sera retenue pour une entrevue.

Note : Nous utilisons les renseignements personnels que vous soumettez dans le cadre de ce concours seulement. Nous nous conformons à la Loi sur l'accès à l'information et la protection de la vie privée.

Fern Girard champion à South Porcupine

Par Guy Morin

La formation Midget U18 Fern Girard Construction s'est mérité la médaille d'or au tournoi annuel Winter Carnival South Porcupine qui avait lieu le weekend dernier. Malgré une défaite et une partie nulle, les adolescents se sont relevés les manches et ont remporté toutes les autres rencontres.

Après un lent départ à la suite d'une défaite de 4 à 2 aux mains de l'équipe Kal Tire de Thunder Bay et un match nul de 2 à 2 face aux Ethier Heating de Timmins vendredi, l'équipe de Hearst n'a plus regardé derrière par la suite. Samedi, les Hearstéens ont emporté la première rencontre

3 à 2 face aux 28's, l'équipe de On The Lake Puckhounds. Le deuxième duel s'est terminé 5 à 3 aux mains des Custom Concrete North Stars de Timmins.

L'équipe a terminé la ronde préliminaire avec un dossier de deux victoires, une défaite et un verdict nul, suffisant pour passer à la prochaine ronde.

Dimanche matin en demi-finale, le Fern Girard a facilement vaincu les Timberwolves de Porcupine 8 à 3 avant de défaire le Kal Tire de Thunder Bay par la marque de 4 à 2 pour ainsi remporter les grands honneurs de cette classique.

L'école de hockey des 3Nolans à Hearst

Par Guy Morin

L'école de hockey menée par l'ancien entraîneur des Sabres de Buffalo, Ted Nolan, et ses fils Brandon et Jordan était de passage à Hearst le weekend dernier. Bien que Ted ne soit malheureusement pas sur place dû à d'autres engagements, ses fils ont su présenter un événement de qualité pour les jeunes des Premières Nations.

Stephanie Sutherland, qui était derrière le projet, s'est dite plus que satisfaite du résultat. « Bien que plusieurs jeunes étaient à l'extérieur dans différents tournois, ceux présents ici ce weekend se sont très bien amusés et ont surtout beaucoup appris des frères Nolan. »

Originaires de la réserve de Garden River dans le Nord de l'Ontario, le père et les fils ont tous atteint la Ligue nationale de hockey. Le paternel a joué un total de 79 matchs avec Detroit et Pittsburgh, mais il s'est surtout fait connaître à titre d'entraîneur-chef des Sabres de Buffalo.

Brandon n'a joué que six parties avec la Caroline, devant mettre un terme prématuré à sa carrière en raison de blessures graves. Jordan, le cadet, a joué près de 11 saisons avec Los Angeles, Buffalo et St-Louis. Il possède trois bagues de la coupe Stanley : les deux premières avec les Kings et la dernière avec les Blues. « J'avais entendu parler d'eux et vu que plusieurs communautés les avaient invités, j'ai donc

approché les dirigeants de la réserve de Constance Lake et ils ont embarqué malgré le fait que nous ne possédons pas d'infrastructure », explique Mme Sutherland.

La famille Nolan a mis sur pied 3Nolans en 2013 et parcourt les communautés des Premières Nations à travers le Canada dans le but d'inspirer les jeunes à rester à l'école, rêver et pratiquer ce merveilleux sport qu'est le hockey.



Expert Chev Buick GMC Ltd

COMMIS AUX PIÈCES

Poste à temps plein – permanent
IMMÉDIATEMENT

DESCRIPTIONS DU POSTE

- Service à la clientèle
- Donner les pièces aux techniciens
- Maintenir l'inventaire et préparer les commandes avec les fournisseurs
- Recevoir, trier et acheminer les pièces reçues
- Toutes autres tâches exigées

EXIGENCES / ATOUTS

- Bilingue (écrit et oral)
- Esprit d'équipe
- Sens de l'organisation et attention aux détails
- Expérience dans le domaine serait un atout
- Connaissance en système informatique

Salaire EXTRÊMEMENT compétitif

Avec avantages sociaux

S.V.P., apportez votre curriculum vitae en personne à
Bernard Morin, directeur général, au
500 route 11 E Hearst ON
ou par courriel à bmorin@expertchev.ca

Nous remercions toutes personnes intéressées, toutefois seules les candidatures retenues seront contactées.

Le Samaritain du Nord The Northern Samaritan *Remerciements*

Le 5 janvier 2023

Les bénévoles et les membres du conseil d'administration du Samaritain du Nord (banque alimentaire) aimeraient remercier les organismes, les compagnies et les personnes qui ont donné si généreusement, soit en argent ou en nourriture au Samaritain du Nord.

Un merci aux Chevaliers de Colomb, au Club Action Hearst, à GreenFirst Forest Products, à la firme Baker Tilly, au CDSSAB, à la Caisse Alliance de Hearst, la Légion royale canadienne filiale 173, United Steelworkers Local 1-2010, à CUPE-SCFP de Timmins, la Corporation de logements sans but lucratif de Hearst, Scott's Towing, Fern Girard Construction (j'en oublie probablement et je m'en excuse) qui nous ont donné de l'argent avec lequel nous pourrions acheter de la viande, du lait, des légumes, des fruits, etc. pour l'année en cours. Nous voulons également remercier le Bargain Shop qui fait une cueillette de denrées tous les ans pour l'Action de grâce, Jean Martel (paramédic) et les bénévoles pour la cueillette de denrées au magasin Brian's Independant qui fut encore cette année un énorme succès et cela grâce à la générosité de tous les gens de Hearst et des environs qui ont contribué à cet événement. Merci au magasin Brian's Independant d'avoir permis de tenir cet événement encore cette année. Un gros merci à Hearst Lumber Co. Ltd qui a acheté les dindes, les poulets et les jambons pour donner aux bénéficiaires à Noël. Merci aussi aux responsables des écoles qui sensibilisent nos jeunes à la situation des plus démunis. La banque alimentaire reçoit, chaque année, des denrées provenant des écoles et c'est très apprécié. Merci à toutes les personnes qui donnent année après année afin d'assurer la continuité de la banque alimentaire.

Les gens de Hearst et des environs ont démontré encore une fois leur générosité, et combien le bien-être des plus démunis leur tient à cœur.

Annie Rhéaume
Présidente

Un début de saison difficile pour les clubs de motoneige

Par Maël Bisson

Les clubs de motoneige de la région auront eu leur part de défis pour entamer leur saison. Entre problème de dameuse et température au-dessus de la moyenne, le président du Club Voyageur, Serge Pominville, commence à voir un répit à l'horizon.

Ce qui trouble les clubs, en ce moment, ce sont les difficultés à damer les sentiers de motoneige à cause d'une température trop chaude au sol. Dû au manque de gros froid, en plus du montant de neige qui crée un isolant, les sentiers ne se congèlent pas assez vite, ce qui ralentit les travaux de préparation. Une cause qui, pour le bonheur des membres du Club Voyageur, ne semble pas trop affecter la région de Hearst.

« Nous autres, on a été chanceux pour pas trop caler, mais on a des groomer qui ont calé dans le corridor comprenant de Cochrane à Greenstone, y compris Hornepayne », raconte Serge Pominville. « Il y en a un qui a calé trop loin, que le moteur est à l'eau, mais pour les autres ça



Photo : Facebook Club Voyageur

prend quand même de l'aide pour les sortir pis ils recalent aussitôt. »

En revanche, le président se veut rassurant pour les membres : une fois qu'un sentier est ouvert et damé, les problèmes disparaissent.

Autre défi qui se veut plus local et qui est venu embêter le club, c'est l'ouverture tardive des sentiers. Le président, qui espérait pouvoir entamer la saison de motoneige avant la période des

Fêtes, a dû faire preuve de patience.

« On a quand même été assez achalandés sur les pistes, mais j'aurais aimé ça voir un peu plus de trafic, sauf qu'on n'avait pas la qualité dans ces temps-là et les sentiers n'étaient pas encore tous ouverts », raconte-t-il. « On finit, là, je pense que les dernières pistes vont ouvrir dans les prochains jours. »

Cette année, le Club Voyageur a réouvert le sentier L164, une

piste qui avait préalablement été retirée des cartes pour faire place à un sentier plus grand qui contournait la ville de Hearst. Cependant, à la suite de consultations avec un particulier qui s'est plaint du passage de motoneigistes sur sa propriété, le Club Voyageur a cru bon réinstaurer la vieille piste.

« Cette année, on a été approchés par un propriétaire de terrain disant qu'il y avait beaucoup d'achalandage dans son champ, là où des enfants se promènent. Des enfants qui sont quand même en bas âge », explique Serge Pominville. « En réouvrant la L164, il y avait espérance que le monde reste plus sur le sentier. Je crois que ça aide un peu, malgré certains qui croient que le monde est à eux. »

Par la même occasion, il ajoute que la remise en activité du sentier L164 peut donner la chance aux touristes d'avoir un accès facile à la ville sans devoir la contourner en entier.

L'organisme HASTO lance l'invitation au tournoi de hockey Knuckle Puck

Par Maël Bisson

Du 21 au 23 avril 2023, le Hearst Amateur Sports Tournaments Organization (HASTO) présentera la deuxième édition de son tournoi de hockey Knuckle Puck. Les équipes intéressées peuvent s'y inscrire depuis le mercredi 1er février.

Cette année, HASTO a cru bon d'afficher le tournoi avant l'ouverture des inscriptions afin de donner la chance aux intéressés de se former une équipe. L'adhésion au tournoi se fera sur la base du « premier arrivé, premier servi » et pourra accommoder 38 clubs différents.

Selon Denis Lanoix, président de l'organisation, la formule au

niveau du hockey sur glace sera la même qu'à la dernière édition.

« C'est toujours six joueurs et un gardien. Ce sont des parties de 20 minutes qui n'arrêtent pas. Chaque équipe joue quatre matchs, donc trois matchs préliminaires et au moins un match en série éliminatoire », résume-t-il.

La décision de récupérer les dates au mois d'avril est soutenue par deux raisons. La fin des périodes d'exams postsecondaires et la présence déjà chargée du calendrier communautaire.

« On voulait garder la même formule qui permet aussi aux étudiants postsecondaires, une

fois qu'ils ont fini leurs examens, de venir participer. Ça leur donne une bonne façon de célébrer leur fin d'exams », explique l'organisateur. « Puis on ne veut pas jouer dans les platebandes des autres organismes. On essaye de faire nos propres choses de notre côté, mais si on peut venir en aide ailleurs, on essaye de le faire du mieux qu'on peut. »

Pour HASTO, le but ultime c'est de redonner à la communauté. Dû au statut de nouvelle organisation, Denis Lanoix reconnaît que c'est un peu plus difficile côté publicité et au niveau financier puisque l'organisme a besoin d'un certain roulement pour

s'assurer que le tout soit rentable.

« Pour le futur, c'est certain qu'on veut aider les gens de la communauté, apporter un soutien, que ce soit au travers du bien-être ou du sport », dit-il.



TOURNOI 4 CONTRE 4

21-22-23 avril 2023

420\$ par équipe Prix totaux: 5005\$

38 équipes réparties dans six catégories

Pour inscriptions et règlements, visitez

www.hasto.ca

Lumberjacks : un voyage de quatre points sur six

Par Éric Boutilier et Steve Mc Innis

Les Jacks étaient sur la route pour disputer trois rencontres après avoir passé près de 10 jours sans jouer. Le premier arrêt à Powassan n'a pas été très positif, toutefois l'équipe de Hearst a été en mesure de récolter quatre points contre deux des trois pires équipes de la ligue.

Powassan 6 Hearst 3

Les Bucherons ont commencé du mauvais pied leur premier match de la fin de semaine à l'extérieur de la ville. Les visiteurs ont été vaincus par les Voodoos de Powassan 6 à 3.

Le match était serré... pour quelques minutes seulement. Les Voodoos ont déjoué le gardien de but, Ethan Dinsdale, à quatre reprises lors de la première période. Powassan a marqué un autre filet au deuxième vingt avant que les Lumberjacks reprennent vie.

Mathieu Comeau a été le joueur qui a mis fin au jeu blanc du



Photo : Éric Boutilier

gardien de but adverse, Kannon Flageolle. Tyler Bortkiewicz et Mason Svarich ont ensuite compté pour Hearst en troisième période. Les Voodoos ont finalement marqué leur dernier but dans un filet désert.

Rivière des Français 4 Hearst 7

Les Jacks ont retrouvé la colonne des victoires samedi soir à Noëlville. Le club a remporté son match contre les Rapides de Rivière des Français 7 à 4. Cinq

joueurs de l'Orange et Noir ont marqué des buts lors de cet affrontement, soit Jett Mintenko, Tyler Bortkiewicz, Brayden Palfi, Tyler Patterson et Mason Svarich qui a complété un tour du chapeau.

Le gardien de but Ethan Dinsdale a arrêté 31 des 35 lancés des Rapides.

Kirkland Lake 2 Hearst 6

La troupe de l'entraîneur-chef

Marc-Alain Bégin affrontait les Gold Miners de Kirkland Lake dimanche en après-midi au complexe sportif Joe Mavrinac. La pire équipe de la Ligue junior A du Nord de l'Ontario qui compte seulement cinq victoires cette saison n'a pas offert une grande opposition.

Dans cette victoire de 6 à 2 des Jacks, l'équipe adverse a dirigé seulement 24 lancers vers Kaleb Papineau comparativement à 48 vers le gardien des Miners. Tyler Patterson, Émile Pichette, Mason Svarich, Brandan Tronchin, Riley Klugerman et Cameron Shephard ont été les buteurs pour Hearst.

Les Jacks s'éloignent de la première position de la division de l'Est appartenant au Rock de Timmins puisque sept points les séparent actuellement, même si Hearst a un match en main.

La prochaine rencontre aura lieu à Cochrane ce vendredi.

Division Est	PJ	G	P	PP	PT	PTS
1- Timmins, Rock	43	32	6	3	2	69
2- Hearst, Lumberjacks	42	30	10	2	0	62
3- Powassan, Voodoos	39	27	11	1	0	55
4- Cochrane, Crunch	41	6	33	1	1	14
5- Rivière des Français, Rapides	41	6	33	1	1	14
6- Kirkland Lake, Gold Miners	40	5	34	1	0	11

Division Ouest	PJ	G	P	PP	PT	PTS
1- Greater Sudbury, Cubs	43	35	6	2	0	72
2- Soo, Thunderbirds	42	38	10	2	2	60
3- Blind River, Beavers	42	28	10	2	2	60
4- Espanola, Paper Kings	40	20	16	2	2	44
5- Soo, Eagles	40	17	19	3	1	38
6- Elliot Lake, Red Wings	41	13	25	1	2	29

Statistiques selon la LJHNO, le 2 février 2023

Les Flyers glissent au quatrième rang

Par Guy Morin

Avec une seule victoire lors des trois sorties du weekend dernier, les Flyers de Kapuskasing ont quelque peu glissé au classement général de la Ligue midjet AAA du Grand Nord. Ces derniers occupent maintenant le quatrième rang avec seulement quelques semaines à faire au calendrier régulier.

Le voyage avait pourtant bien débuté pour les hommes de Darren Potvin avec une victoire convaincante de 6 à 1 face aux Cubs à New Liskeard vendredi. Damien Lemoyne a, entre autres, inscrit deux buts et une passe dans la victoire des siens.

Ça s'est par la suite gâté pour le Bleu et Jaune face aux Trappers U18 à North Bay samedi et dimanche. Premièrement, les Flyers ont vu leur adversaire

prendre les devants 4 à 1 après une période de jeu. Finalement, la rencontre s'est soldée par la marque de 7 à 4. Damien Lemoyne a à nouveau inscrit deux buts et une passe, dans une cause perdante cette fois.

Dimanche après-midi, les Trappers ont inscrit quatre buts en première et cinq autres en deuxième pour finalement l'emporter 9 à 5. Kasey Chevalier a connu un fort match pour les Flyers malgré la défaite, récoltant trois buts et une mention d'aide.

Les Flyers sont à nouveau sur la route la fin de semaine prochaine alors qu'ils rendent visite aux Nickel Capitals U18 à Sudbury pour un programme double.

PICHETTE JOUEUR DU MOIS DE JANVIER



La mention d'attaquant du mois de janvier de la Ligue junior A du Nord de l'Ontario a été décernée à Émile Pichette, le numéro 11 des Lumberjacks de Hearst. En inscrivant son nom sur la feuille de pointage lors de chaque rencontre auquel il a participé le mois dernier, Pichette a récolté en moyenne plus de deux points par match pour Hearst. Le joueur de 20 ans de St-Eustache, au Québec, a amassé 14 points, dont quatre buts et huit passes en six apparitions. Photo : Éric Boutilier

Independent™

Your Independent Grocer

PRIX DE LA CIRCULAIRE EN VIGUEUR DU JEUDI 2 FÉVRIER AU MERCREDI 8 FÉVRIER 2023

1,29 \$
Prix de membre

Rabais
membre
20¢

Boissons gazeuses PC® variétés sélectionnées 2 L



1,49 \$
Prix non membre

1,49 \$
Prix de membre

Rabais
membre
3⁵⁰

Pâtes Sauce PC® variétés sélectionnées 650 ml



4,99 \$
Prix non membre

4,49 \$
Prix de membre

Rabais
membre
1⁵⁰

Barres de fromage sans nom® variétés sélectionnées 400 g
21289745_EA/
21289761_EA



1,99 \$
Prix de membre

Rabais
membre
1⁵⁰

Détergent liquide à vaisselle Palmolive variétés sélectionnées
21004368_EA/
21004388_EA



3,49 \$
Prix non membre

CANADA

SOLDE
RABAIS DE 4,30 \$ lb

5⁹⁹
lb

refroidi à l'air

Poitrines ou hauts de cuisse de poulet PCMD Simplement BonMC refroidis à l'air, sans os
13,21 \$ / kg
20821154_KG/20821992_KG



RABAIS DE LA SEMAINE

2⁹⁹
lb

Bœuf haché mi-maigre format familial - 6,59 \$ / kg
20865673_KG



SOLDE
RABAIS DE 50 ¢

99 ¢

Bouillon sans nom® variétés sélectionnées 900 ml
21189608_EA/21189611_EA



SOLDE
RABAIS DE 1,50 \$

13⁹⁹

Côtes de dos de porc barbecue PCMD variétés sélectionnées 500 g
20152629_EA / 20057892_EA



SOLDE
RABAIS DE 2 \$ lb

1⁹⁹
lb

Côtelettes de longe de porc, combinaison de coupes, portions surlonge et bout de côtes avec os - 4,39 \$ / kg
20822343_KG



RABAIS DE LA SEMAINE

2⁴⁹
lb

Raisins Black Sable, très gros raisins verts ou rouges sans pépins PCMD produit d'Afrique du Sud catégorie n°1
20159199001_KG/20425775001_KG



RABAIS DE 1,98 \$
QUAND VOUS EN ACHETEZ 2

6 \$/2
les 2 à moins de 3,99 \$

Biscuits Pattes d'ours, Viva Puffs, Whippet, Wagon Wheels Dare variétés sélectionnées
20419986001_EA/21080779_EA



RABAIS DE 58 ¢
QUAND VOUS EN ACHETEZ 2

5 \$/2
les 2 à moins de 2,79 \$

Plat d'accompagnement Sidekicks Knorr variétés sélectionnées 116 - 162 g
20321430001_EA/20321430004_EA



SOLDE
RABAIS DE 2 \$

7⁹⁹

Grosses crevettes blanches du Pacifique PCMD crues ou préparées 31 - 40 par lb 400 g
20789931_EA/20791381_EA



CANADA

RABAIS DE LA SEMAINE

3⁹⁹
sac de 10 lb

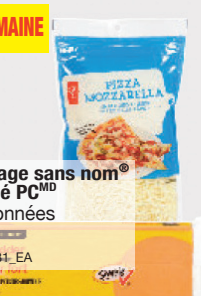
Pommes de terre jaunes, à chair jaune, Russet ou rouges Délices du MarchéMC produit des Canada - n°1
20601017001_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

8⁹⁹

Barres de fromage sans nom® ou fromage râpé PCMD variétés sélectionnées 700-620 g
20975873_EA/21060484_EA



3⁹⁹

Guacamole fraîchement fait en magasin 320 g
20719488_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

19⁹⁹

K-Cups McCafé ou grains de café Lavazza® 1 kg
20042272_EA/
21240975_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

5⁸⁸

Pizza Lève-au-four, Pizzeria ou au pain à l'ail Delissio variétés sélectionnées surgelées - 499 - 888 g
20751140_EA/20754739_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

3⁴⁹

Yogourt Activia ou YoPlait, yogurt Two Good, tube ou Minigo YoPlait variétés sélectionnées
21390884004_EA/20325132003_EA



SOLDE
RABAIS DE 50 ¢

1⁴⁹

Thon pâle Ocean's variétés sélectionnées 170 g
21004270_EA/21005218_EA



SOLDE
RABAIS DE 2 \$

8⁹⁹

Huile d'olive pressée à froid ou extraite à froid Delicato ou huile d'olive extra vierge PCMD SplendidoMD 1 L
20081865_EA/21401612_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

12⁹⁹

Boissons gazeuses Coca-Cola variétés sélectionnées 24x355 ml
20971479_EA/21013452_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

6⁹⁹

Papier hygiénique Cashmere, essuie-tout SpongeTowels ou mouchoirs Scotties variétés sélectionnées
21189812_EA/21204739_EA



SOLDE
économisez jusqu'à

50 %

Vitamines ou suppléments Jamieson variétés et formats sélectionnés
20303216001_EA/21373974_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

2⁹⁹

Yogourt Nano iOG0, boisson Simply ou the glacé Gold Peak variétés sélection 900 mL - 1,54 L - 1,75 L
20119756001_EA/21215530_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

2⁹⁹

Superfries, pommes de terre déjeuner ou de spécialité McCain ou Eggo Kellogg's variétés sélection
20302779_EA/20324328002_EA

