

**AU FIL DU TEMPS,
LA FERME TOUSIGNANT
ÉLARGIT SES HORIZONS
PAGE 5**



**PREMIÈRE CHRONIQUE
D'AGATHE CAMIRÉ PAGE 12**

**UNE FIN DE SEMAINE REMPLIE
POUR LES KARATÉKAS D'ICI
PAGE 19**

**JOURNÉE INTERNATIONALE
EN ROSE D'AVRIL SOUS LE
THÈME DU COURAGE PAGE 2**



 **LECOURSMOTORSALES** Commandez VOTRE Ford 2023
Joyeuses Pâques comme vous le voulez!!!

Pour obtenir un rabais selon le modèle!!

*888 362-4011 Hearst * 888 335-8553 Kapuskasing * Lecoursmotorsales.ca * Veuillez noter que nos bureaux seront fermés les 7-8-9-10 avril 2023



Journée internationale en rose d'avril : contre l'intimidation 2SLGBTQ+

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

En 2023, le thème de la Journée internationale en rose a choisi comme thème le courage. Selon le promoteur de la journée, l'organisme Day of Pink, plus de 80 % des jeunes 2SLGBTQ+ vivent de la discrimination ou de l'intimidation.

C'est ce qui rend ce genre d'initiative si important, aux yeux de Zakary Bolduc, finissant de l'École secondaire catholique de Hearst en 2021, reconnu pour sa flamboyance et son port d'accessoires dits « féminins ».

Des avancées doublées de reculs

« C'est l'idée de normaliser », estime la sociologue Diane Pacom, retraitée de l'Université d'Ottawa. Un graffiti l'avait interpellée, il y a une dizaine d'années à New York : « We're queer, we're here, get used to it. » Elle y a senti l'affirmation d'une communauté : « On est là, on est visible, habituez-vous, c'est tout. »

Les groupes 2SLGBTQ+ ont vécu des avancées importantes, en particulier depuis les années 1960, un moment charnière en matière

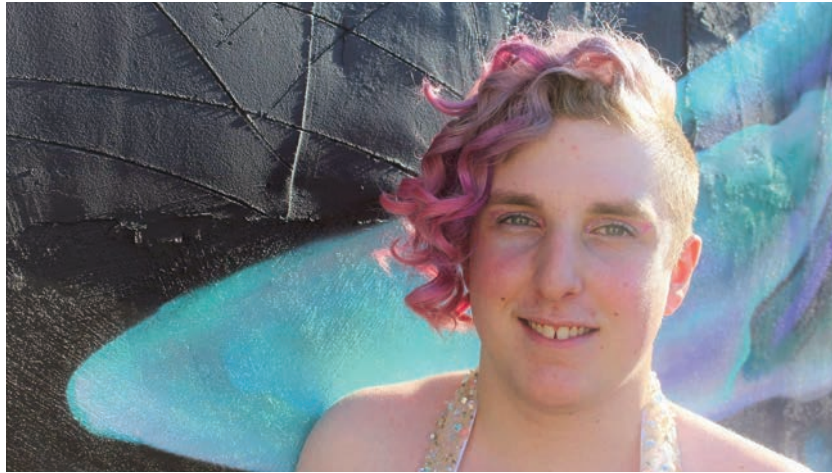


Photo : Danielle Lauzon

de droits civiques, rappelle l'observatrice. La communauté a pris sa place et une grande partie de la population l'a accepté. « Mais ça n'empêche pas qu'il y a des agressions, rappelle-t-elle. [Elles] peuvent parfois être très violentes ; ça peut parfois être des petites agressions continuelles, quotidiennes. On ne peut pas dire : « ça y est, c'est réglé ». »

Une campagne parmi d'autres

Lorsqu'il était à l'école, Zakary Bolduc a connu des journées en

orange pour la vérité et la réconciliation, des journées en rose pour la Saint-Valentin ou en vert pour la St-Patrick, mais ne se souvient pas d'une journée contre l'intimidation comme celle proposée en février ou en avril.

« C'est nécessaire pour montrer aux personnes en général que ce n'est pas si pire, être homosexuel, bisexuel », etc. Il poursuit : « Je ne suis pas ben ben différent des autres. Oui, je suis un peu plus flamboyant. »

Il existe de nombreuses

campagnes contre l'intimidation : la journée du gilet rose en février, la journée internationale en rose, en avril. Le 17 mai est aussi la journée internationale contre l'homophobie, la transphobie et la biphobie, date anniversaire du retrait de l'homosexualité de la liste des maladies mentales de l'Organisation mondiale de la Santé, en 1990.

Pour Diane Pacom, « il y a eu du travail sur le plan culturel. [...] Dans l'absolu, c'est devenu applaudi comme une cause juste et bonne. » Elle insiste sur la marginalisation qui existe encore : « il y a des gens qui n'accepteront jamais. »

L'école, c'est pour l'éducation et la socialisation, estime Zakary Bolduc, « pas pour te faire juger », dit celui qui a vécu sa part de situations perturbantes. Aujourd'hui, il aimerait bien voir son ancienne école toute vêtue de rose. « Ce serait beau à voir », croit-il.

Jacques' Tree Services Consciencieux de l'environnement

COUPE, ÉCIMAGE ET CISAILLAGE D'ARBRES
TOPPING, CUTTING AND TRIMMING TREES
Estimation gratuite

Dès maintenant et durant tout l'été
Dessert la région de Thunder Bay à Hearst
Rabais disponible pour aînés
Détient une assurance



Communiquez avec Jacques au
1 807 630-2240 ou par courriel
au godrojacques@gmail.com

La protection du caribou forestier boréal refait surface

Par Steve Mc Innis

Depuis de nombreuses années, le maire de la Ville de Hearst, Roger Sigouin, est en croisade pour minimiser les conséquences que la protection du caribou boréal peut avoir sur l'industrie forestière. Voilà que le fédéral injecte de l'argent en pour forcer sa protection.

Le ministre fédéral de l'Environnement, Steven Guilbeault, a envoyé une lettre au gouvernement de l'Ontario indiquant qu'il ne protégeait pas adéquatement certains habitats essentiels du caribou boréal.

Le ministre ontarien de l'Environnement, David Piccini, a annoncé que le gouvernement Ford consacrerait 29 millions \$ en quatre ans pour « restaurer, protéger et conserver l'habitat » du caribou boréal. « Selon moi, avec les informations dont je dispose, une partie de l'habitat essentiel de la population boréale de caribous forestiers située sur des terres non fédérales en Ontario n'est pas protégée de manière efficace », a écrit le ministre Guilbeault dans sa lettre, dont La Presse canadienne

a obtenu copie.

Cependant, le ministre Piccini avait présenté son plan à M. Guilbeault en février, ce qui n'a pas empêché l' élu fédéral d'achever sa lettre à propos de ses inquiétudes le 6 mars. « Nous faisons déjà un très bon travail dans la surveillance des habitats du caribou », s'est défendu M. Piccini en entrevue avec La Presse canadienne.

L'Ontario et le gouvernement fédéral ont conclu un accord l'année dernière pour protéger le caribou, mais cet accord a été critiqué. De l'avis de certains intervenants du milieu, il autorisait trop d'exploitation forestière et minière dans l'habitat du caribou.



Deux personnes de Hearst reçoivent la médaille de l'Ordre de la Pléiade en même temps

Par Renée-Pier Fontaine

La médaille de l'Ordre de la Pléiade est remise à un individu qui contribue à l'épanouissement de la langue française en Ontario. Ce sont les parlementaires des différents partis politiques qui choisissent les nouveaux chevaliers et ceux-ci sont annoncés par l'Assemblée parlementaire de la francophonie. Deux personnes de Hearst, Claire Forcier et Donald Lemaire, ont eu l'agréable surprise d'être parmi les six récipiendaires cette année.

Croyant à un canular, Claire Forcier n'a même pas répondu lorsqu'elle a reçu l'appel des membres du comité de sélection. Sa curiosité a été piquée et elle a tout de même rappelé au numéro indiqué. « Quand la personne au bout de la ligne m'a dit que j'avais été choisie pour recevoir la médaille de l'Ordre de la Pléiade, je lui dis : "bien pourquoi? Je n'ai rien fait pour mériter ça"! » Au contraire, ce sont toutes les petites choses que Mme Forcier a accomplies au cours de sa vie qui lui ont rapporté ce titre. Plus récemment, elle a reçu la Lettre H décernée par l'École secondaire catholique de Hearst. Selon elle, c'était pour le summum des honneurs. « On m'a ensuite demandé de rédiger une courte biographie et j'ai trouvé cela pénible parce que ce n'est pas facile de résumer 72 ans de vie en 250 mots », raconte-t-elle. C'est l'équipe des Médias de l'épinière noire qui a soumis son nom ; le questionnaire qui devait être rempli était long et très précis. Les membres du comité de sélection ont fait de plus amples recherches par la suite afin de choisir les meilleurs candidats.

Malgré la surprise de cette nomination, Donald Lemaire, de son côté, était conscient que quelqu'un avait fait de la recherche à son sujet avant la pandémie, mais ne croyait pas à une telle conclusion. « Après un peu de réflexion, je me suis réjoui de voir que j'avais été choisi pour recevoir la médaille de l'Ordre de la Pléiade. » Comme Claire, M. Lemaire voit ses accomplissements comme une panoplie de choses qu'il a faites au cours de sa vie. « Depuis 1970, il n'y a pas une année que je n'ai pas servi sur un comité quelconque. Beaucoup de ce travail-là s'est fait dans l'éducation. J'ai fait trois mandats, donc neuf années pour le Conseil d'éducation, à vocation anglais-français à l'époque, à titre de conseiller et par la suite président », raconte-t-il. L'association lui avait même demandé de siéger au comité de réponse du livre blanc de l'Ontario en 1984-85. M. Lemaire a été nommé par Claudia Leboeuf qui était directrice du Rassemblement des intervenants francophones en santé et service social de l'Ontario, un organisme dont il a fait partie du conseil d'administration pendant cinq ans. Il est aussi membre du Club Rotary de Hearst depuis 23 ans et il s'implique dans des collectes de fonds pour l'Université de Hearst. « En 77, on avait commencé un fonds des anciens et des anciennes pour donner des bourses, et après ça il y a eu le fonds fiduciaire dans lequel le gouvernement jumelait tout ce qu'on pouvait aller chercher comme fonds. Ça a duré quelques années et à la fin nous étions rendus à 2 millions de dollars pour remettre

en bourses à l'Université », dit M. Lemaire. En 2004, ils ont créé la Fondation de l'Université de Hearst, une entreprise sans but lucratif entièrement autonome, gérée par son propre conseil d'administration et dont M. Lemaire est le président depuis sa création. Les deux récipiendaires devaient se rendre à Queen's Park, à Toronto, pour recevoir leur médaille et ils avaient droit à cinq invités. À chaque table se retrouvait un député ainsi que d'autres personnes avec qui il était possible de faire connaissance. Ils ont également profité d'une tournée de l'édifice de l'Assemblée législative, et même assisté à la déposition de pétitions en Chambre. Présentés à différents députés, ils ont pu rencontrer différents chefs de partis politiques ainsi que le président de la Chambre des communes. M. Lemaire et Mme Forcier ont entendu à plusieurs reprises qu'il était surprenant de voir deux personnes de la même petite communauté

francophone devenir chevaliers au même moment. Leur prix leur a été remis par la lieutenant-gouverneure de l'Ontario, Elizabeth Dowdeswell, lors de la soirée.



Nouveauté au Centre de Rénovation Home - Hearst Lumber

Nous passons au virage numérique!

Les circulaires papier ne seront plus disponibles à partir de maintenant.

Pour vous garder informés de nos spéciaux, rien de plus simple...

Centre de Rénovation



Inscrivez-vous à notre infolettre!



Voici comment.



homehardware.ca/fr



La fréquence des messages peut varier.
Répondez STOP pour annuler.
Des frais de messagerie peuvent s'appliquer.
Pour plus de détails, visitez :
homehardware.ca/fr



1 ou 2 ou 3

Erratum : logements pour étudiants

La semaine dernière, le journal *Le Nord* a publié un article au sujet de la crise du logement pour les nouveaux étudiants. Dans l'article, il a été mentionné que 15 places en résidence sur le campus de Hearst seront enlevées. Elles feront place à de nouvelles salles de classe et des salles de travail, et non des bureaux pour le personnel.

Electrical Power SOLUTIONS

GENERAC

AUTHORIZED DEALER

SALES | SERVICE | INSTALLATION

Stéphane NÉRON

Electrical contractor

705 362-4014

ElectricalPowerSolutions@outlook.com

RESIDENTIAL | COMMERCIAL | INDUSTRIAL

L'Ordre de la Pléiade tatoué sur le cœur !

C'est avec une immense fierté que j'ai reçu, la semaine passée, la médaille de l'Ordre de la Pléiade ! Quel honneur ! Un beau bijou ! Je n'ai aucune idée de quel matériau il est fait, mais pour moi, « l'envers de la médaille » vaut de l'or. Par là, je veux dire qu'elle représente un paquet de gens qui ont fait de moi la personne que je suis, et je les en remercie de tout cœur.

En faisant un « examen de conscience » pour rédiger une courte biographie, j'ai compris que, pour commencer, ce sont mes parents qui ont insisté sur l'importance de la lecture et de l'écriture. À l'école primaire du Lac Ste-Thérèse, j'aimais lire le dictionnaire et utiliser de nouveaux mots dans mes rédactions!! J'ai aussi participé aux concours de français. Mes enseignantes et enseignants valorisaient mes efforts. Et j'avais hâte de devenir, à mon tour, enseignante!! J'ai donc passé une trentaine d'années à « jouer à l'école »!! Finalement, j'ai vieilli en même temps que mes élèves!

Ensuite, après avoir pris ma retraite du Pavillon, je me suis retrouvée à l'Université de Hearst à titre de responsable du Centre de consultation en français auprès des étudiantes et des étudiants. J'y suis restée pendant 12 ans... sans m'en apercevoir. Ce fut tellement un beau moment dans ma vie. J'ai côtoyé là des gens intéressants, motivants, encourageants qui m'ont vraiment aidée à améliorer la qualité de mon français. En réalité, c'est moi qui suis sortie la grande gagnante de cette expérience!!

Si j'ai été choisie pour recevoir cette distinction, c'est aussi pour mon implication communautaire en milieu francophone. On s'entend pour dire qu'à Hearst, ce n'est pas une tâche trop difficile!!! Avec le recul, je pense que c'est le fait d'avoir été présidente de la Fédération des femmes canadiennes-françaises qui m'a vraiment donné des ailes. Aux côtés de ce groupe de personnes engagées, j'ai apprécié davantage ma culture... et la chance que nous avons de l'avoir préservée! Ensuite, on m'a proposé Village ami des aînés, un gros projet qui a duré cinq ans et qui a abouti à l'accréditation de la Ville de Hearst par l'Organisation mondiale de la Santé. C'est ce qui m'a amenée à devenir membre aînée de la communauté au conseil d'école de Passeport Jeunesse. Comme ça, j'ai le plaisir de chevaucher plusieurs générations, et c'est tellement gratifiant! Je considère que c'est un privilège de pouvoir « s'infiltrer » dans ce genre d'organismes. Et, depuis six ans, je révisé bénévolement notre journal local, *Le Nord*. C'est mon « chou-chou »! J'adore ce travail... ça brasse les méninges! De surcroît, mes collègues me disent souvent que je suis utile et appréciée, ce qui me donne le goût de continuer! Donc, mine de rien, grâce au soutien de son entourage, on s'implique davantage, on s'entraide, on s'améliore. Tout le monde peut en profiter. Il ne faut tellement pas se gêner pour avoir une attitude positive et fière, se faire confiance. La morale de cette histoire : on est bien meilleur qu'on le pense!

Je porte précieusement ma médaille bleue en forme d'étoile, avec au milieu une rose des vents. Pour moi, elle vaut plus que de l'or. C'est un symbole d'unité, une richesse inestimable. Elle contient aussi une promesse, celle de toujours contribuer au rayonnement de la langue française autour de moi, selon mes connaissances, mes capacités et ma personnalité.

Claire Forcier

Fin de saison du Club de Curling

Le Club de curling a conclu sa saison en présentant son dernier bonspiel les 31 mars et 1^{er} avril. Au total, douze équipes ont participé au tournoi mixte 4 personnes. L'évènement a eu lieu dans la bonne entente et tous se sont amusés. La saison qui a commencé au début novembre s'est déroulée sans fermeture due à la pandémie.

Cette saison, les soirées double mixte avec ses douze équipes (un sommet) se tenaient les lundis et mardis soir. L'année prochaine, nous espérons regrouper toutes les équipes les mardis soir avec deux temps pour le début des matchs, possiblement 18 h 30 et 20 h 30. Cette possibilité sera discutée avant le début de la prochaine saison.

La ligue des femmes formée de neuf équipes jouait les mercredis soir tandis que les neuf équipes d'hommes s'exécutaient les jeudis soir. Plusieurs nouveaux membres se sont ajoutés et ceci augure bien pour l'an prochain. Il y a également eu du curling non compétitif les lundis matin avec une très bonne participation. Le club a également offert des soirées sociales mensuelles où plusieurs personnes ont eu l'occasion d'essayer le curling pour la première fois.

Avec la fin de la saison de curling, débute celle du pickleball qui connaît un grand succès auprès des adultes et des plus jeunes. En effet, cinq terrains intérieurs sont emménagés sur la surface de béton lisse du curling. Le pickleball est un sport qui s'apparente au tennis et badminton et joué avec une mégaraquette de pingpong. Les parties se déroulent du lundi au vendredi, le matin, et aussi les mardis et jeudis en soirée. Les équipes sont formées à mesure que les gens arrivent. Hearst Pickleball Zone sur Facebook pour les intéressés.

Denis Lacroix



Équipe

Steve Mc Innis

Directeur général et éditeur

smcinnis@hearstmedias.ca

Sylvie Turgeon

Adjointe à la direction

adjdirection@hearstmedias.ca

Maël Bisson

Journaliste

maelbisson.97@gmail.com

Renée-Pier Fontaine

Journaliste

Dan Yangary

Graphiste

pub@hearstmedias.ca

Karine Vallée

Réception et distribution

info@hearstmedias.ca

Anouck Guay

Webmestre

web@hearstmedias.ca

Guy Morin

Collaborateur

Manon Longval

Ventes

vente@hearstmedias.ca

Claire Forcier

Révisseuse bénévole

Claudine Locqueville

Jocelyne Hébert

Chroniqueuses

Serge Morissette

Chroniqueur

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) PoL 1No

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 reconnaissons 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



LES
Médias
de l'épinette noire

JOURNAL
LE NORD

CINN911.com

L'agriculture, c'est possible dans le Nord

Par Renée-Pier Fontaine

Danica est propriétaire, avec son mari, de la Ferme Tousignant, située à Moonbeam depuis environ 10 ans.

C'est grâce à l'expérience passée à la ferme de son mari, et surtout de son beau-père, que la passion s'est développée pour en elle.

Ils ont commencé avec la culture de l'orge et de l'avoine; ils élèvent des cochons et de la dinde pour la viande et ils ont ajouté, entre autres, la culture des tournesols, pour lesquels la demande est grande. La vente de leurs produits est accessible à tous. « Ça l'a commencé avec le monde que l'on connaît, une couple de cochons pour nourrir notre famille et on vendait à d'autres gens que l'on connaissait. Avec le bouche-à-oreille, de plus en plus de monde en voulait, donc en ce moment on a des listes chaque année pour les commandes de l'année suivante. » À la Ferme Tousignant, on fait aussi pousser des plantes qui sont vendues en vrac à l'entreprise Koch Farms Trucking à Earleton qui, elle, s'occupe de les distribuer

ailleurs.

Les tournesols, Danica les a semés pour attirer les abeilles dans son jardin personnel. Puis, elle a réalisé qu'elle pouvait garder les graines et reproduire des semences à la main pour la saison suivante. « On a commencé avec une petite patch de 10 pieds par 10 pieds et on est rendu avec une patch de 70 pieds par 400 pieds. Je ne les ai pas semés à la main par contre ceux-là, j'ai eu de l'aide de mon mari et mon beau-père avec des tracteurs », dit-elle. D'habitude elle essaye de doubler la production d'année en année, mais la charge de travail était tellement grande pour elle l'an passé qu'elle ne pourra pas refaire cet exploit.

Les tournesols sont à vendre soit en bouquet ou individuellement, une fleur à la fois, au Famer's Market à Kapusaking, aussi en communiquant avec Danika sur sa page Facebook. Elle en a même vendu à la fleuriste locale de Kapuskasing. Afin de réduire le nombre de gens qui se rendent

directement chez elle, les fleurs sont maintenant ailleurs.

L'été passé ils ont semé les tournesols un peu tard, mais selon Danica c'est une fleur très forte et résistante, elle pousse bien dans le Nord. La seule chose est que lorsque le tournesol ouvre vers la fin de la saison, ses graines n'ont pas le temps de pousser, mais elle compte bien se reprendre la prochaine saison. Ce type de fleur ne laisse personne indifférent; les gens arrêtent à la ferme pour poser des questions ou bien pour acheter des bouquets. « J'aime quand les gens me disent qu'ils aiment les tournesols et que cette fleur-là les rend heureux. Il y a tout le temps une histoire en arrière de la raison de leur achat et ça me fait vraiment plaisir de les écouter. » Ce moment partagé avec ses clients, c'est important à ses yeux, tout comme l'aspect manuel de la cueillette et de la préparation des fleurs coupées.

Mme Tousignant travaille à temps plein, son mari aussi, la ferme est donc un passe-temps et une source

de revenus supplémentaires. La ferme est enregistrée et lucrative, le couple fait de son mieux pour que les affaires fonctionnent bien et Danica se dit chanceuse d'avoir le père de son mari pour leur donner un bon coup de main. Elle aimerait bien ne vivre que de l'agriculture, mais les défis rencontrés ralentissent un peu cette envie. « Ça serait bien que tout le monde fasse pousser quelque chose de différent et qu'on fasse un système d'échange, un peu comme ils faisaient avant. Ça serait une belle manière de vivre! La façon la plus proche que l'on peut accomplir ça, c'est de se rendre au marché pour vendre ce que l'on a et acheter ce qu'on a besoin des autres fermiers alentour », avoue Mme Tousignant.

La petite famille a toujours de nouvelles idées en ce qui concerne leur ferme, mais aucun de ces plans ne peut être discuté publiquement pour le moment.

GRANDE VENTE!

Portes et fenêtres de marque Jeld-Wen

- ✓ Produits conformes au code du bâtiment
- ✓ Produits hybride (aluminium) ou vinyle
- ✓ Produits disponibles blancs ou grande sélection de couleurs
- ✓ Produits durables
- ✓ Large sélection d'options écoénergétiques (verre triple)
- ✓ Garanties les plus complètes de l'industrie

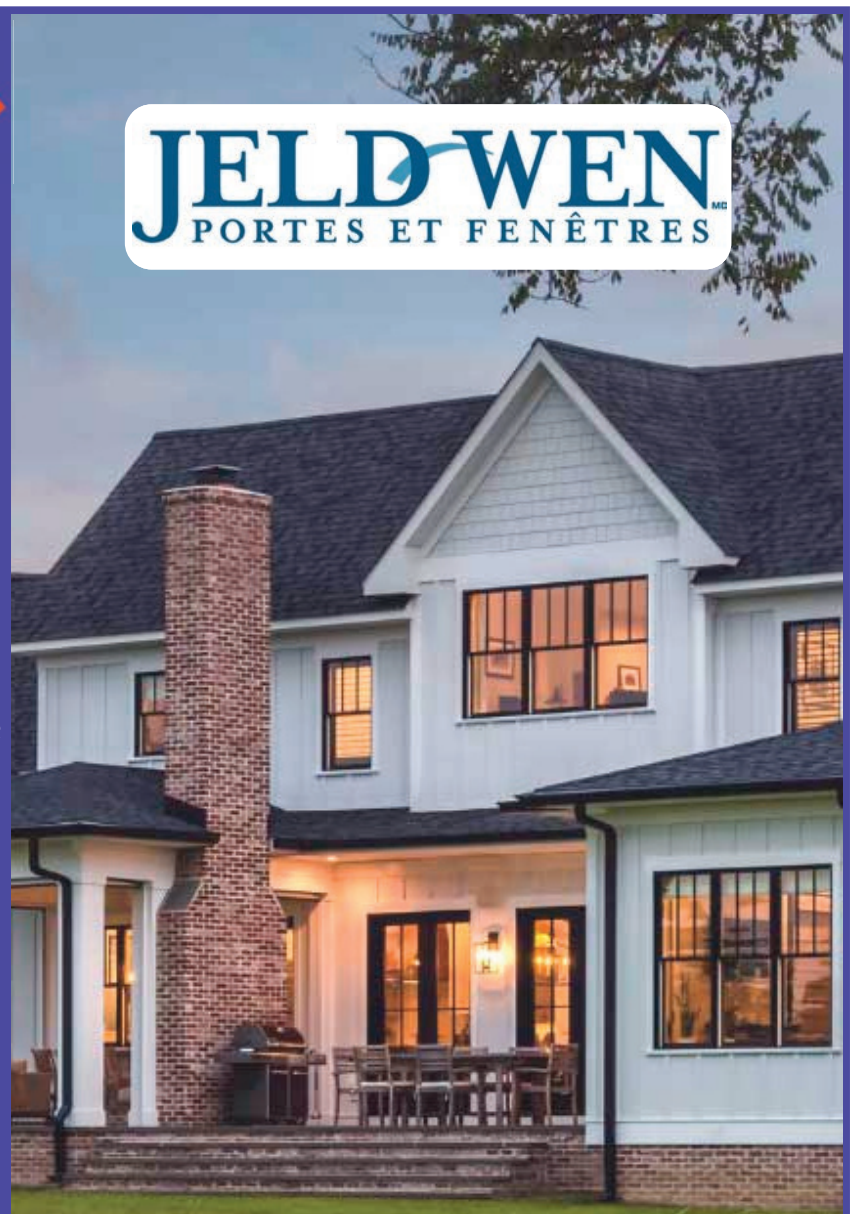
**Voir Marc ou Denis
pour une soumission**

La vente se termine le 1er mai 2023

Centre de Rénovation



720 rue George
Hearst, ON
705 362-4325



Mieux sensibiliser les francophones aux soins de longue durée

Par Dorian Vidal - IJL - Réseau.Presse - l-express.ca

Un enjeu très important en Ontario francophone est la question de l'accès à des soins de longue durée rendus en langue française. Trois points sont centraux à ce sujet : il y a un problème de communication, de matériel et de personnel. Tout cela a été mis en lumière lors du forum « Les soins de longue durée pour les francophones dans le Grand Toronto », organisé le 31 mars au Collège Boréal par l'Entité 3 de planification des soins de santé en français et la Fédération des aînés et des retraités francophones de l'Ontario (FARFO).

235 000 francophones de plus de 50 ans

Dans le Grand Toronto, il y a plus de 235 000 francophones âgés de plus de 50 ans, affirme Jean-Rock Boutin, président de la FARFO.

« Quand on est malade, on n'est plus bilingue », explique M. Boutin. Plus on avance en âge, plus on recule dans sa langue seconde, l'anglais. C'est pourquoi des soins en français sont très importants.

Un sondage réalisé en avril 2022 par la FARFO montre que la grande majorité des personnes sondées ne « souhaitent pas quitter leurs proches, et demandent des soins en français ».

Le besoin

« d'une place pour tous »

Le forum torontois coïncidait avec la Journée internationale de la visibilité transgenre. Le commissaire par intérim aux services en français de l'Ontario, Carl Bouchard, en a profité pour rappeler que « la diversité nous enrichit ». « Il faut travailler pour que nous puissions nous reconnaître dans nos services en français », dit-il.

Le manque de professionnels francophones est aussi un des points marquants de cette journée. Pour Michel Tremblay, directeur général de la FARFO, « il faut continuer à travailler avec les universités pour former plus de professionnels, plus de préposés au soin ou des travailleurs sociaux francophones ».

Pénurie matérielle

Cependant, cela ne peut être une solution miracle, selon lui. « Il ne faut pas que l'on soit détourné de notre objectif, c'est une pénurie générale. » C'est aussi un élément mis en avant par Constant Ouapo dans sa présentation. À l'échelle de la province, indique le directeur général de l'Entité 3, il y a « un lit pour 170 personnes, et un lit désigné pour 3400 francophones ».

Le rôle de la province

Citant une étude parue dans le *Journal de l'Association médicale canadienne*, Carl Bouchard explique que « les patients ayant reçu les soins dans leur première langue ont obtenu de meilleurs résultats à l'hôpital », que des francophones ayant reçu des soins similaires, mais pas en français.

La Commission d'enquête sur la covid dans les foyers de soins de longue durée a finalement reconnu que les résidents francophones « doivent recevoir des soins et des services linguistiquement appropriés ».

Une collaboration nécessaire

La Loi sur les services en français a déjà 37 ans, rappelle Carl Bouchard. Pour vérifier sa bonne application, il est « toujours nécessaire » de travailler en relation avec des organisations comme la FARFO ou les Entités.

Le commissaire estime qu'une activité comme ce forum est « très importante ». Cela lui permet d'avoir un retour direct des personnes concernées, ce qui peut l'amener à faire des recommandations au gouvernement.

Directeur aux politiques et aux relations gouvernementales de l'Assemblée de la Francophonie de l'Ontario (AFO), Bryan Michaud explique à *l-express.ca* que l'AFO collabore régulièrement avec ces organismes. L'AFO et la FARFO ont publié en 2019 un livre blanc sur *Le vieillissement des francophones en Ontario*. Pour Michel Tremblay, cette collaboration est primordiale. Aucune de ces organisations ou institutions ne peut gérer ce problème de façon autonome. Les diverses Entités, la FARFO, l'AFO et le gouvernement doivent travailler ensemble.

Un enjeu préoccupant

Bryan Michaud mentionne que l'AFO observe depuis deux ans, à l'aide d'un sondage annuel, que les questions de santé gagnent de plus en plus d'importance aux yeux des Franco-Ontariens. « Cela a même doublé au cours de la dernière

année. » Pour Constant Ouapo, le forum ne pouvait pas mieux tomber, tant ce sujet « est d'actualité ». « Le taux de vieillissement est assez important », explique-t-il à *l-express.ca*. Par conséquent, « dans les prochaines années, il va y avoir une proportion de personnes âgées à prendre en charge de plus en plus importante ».

L'organisation de cet événement vise alors à sensibiliser dans une « démarche proactive ». Cela permet de « discuter des problèmes, et envisager des solutions avec la communauté ».

Un manque d'information

Un des problèmes majeurs mis à l'avant par ce forum, selon Constant Ouapo, est « qu'il y a des services en français existants, mais qui ne sont pas utilisés ». Ce serait la conséquence d'un manque d'information, autant du côté des patients que des professionnels de santé. M. Ouapo demande simplement au gouvernement de l'Ontario « d'appliquer la loi sur les services en français » qui demande aux ministères et agences de promouvoir « l'offre active » de leurs services en français – c'est-à-dire les proposer aux usagers plutôt que d'attendre qu'ils en fassent la demande.

Michel Tremblay indique que ce forum est né d'une discussion entre Constant Ouapo et lui-même. Ils se sont en effet rendu compte qu'ils n'avaient pas les mêmes informations sur la réalité de la situation. « On a alors compris qu'il était important de travailler ensemble, pour découvrir, et agir », affirme-t-il.

Il est évident qu'il y a encore du travail à faire pour garantir aux francophones l'accès à des soins de longue durée dans leur langue.

Il est vrai que certaines initiatives sont mises en place, comme au Centre d'accueil Héritage, du côté de la Communauté du Trille Blanc, mais le manque de sensibilisation de la population semble être une problématique majeure.

Activité de Pâques à la Biblio



(Renée-Pier Fontaine) La Bibliothèque publique de Hearst offrait une activité thématique pour Pâques le vendredi 31 mars dernier. Un repas était servi pour les familles qui s'étaient inscrites. Les enfants ont pu s'amuser à faire des bricolages et écouter des histoires de Pâques.



Isabelle Lapierre
Courtier hypothécaire, Licence #M21001434
705 372-8079
isabelle@keyequity.ca
Achat - Transfert - Refinancement



Tél: 705-372-5408
Sans Frais: 1-800-601-8601

audrey@remaxcrown.ca



AUDREY AUBIN
AGENTE IMMOBILIERE

Une semaine d'aurores boréales

Par Agence Science-Press

Les amateurs d'aurores boréales ont eu de quoi lever les yeux vers le ciel ces derniers jours, avec la plus forte éruption solaire depuis cinq ans, qui a créé ces lueurs nocturnes bien au-delà de leurs régions habituelles.

Une éruption solaire se traduit par l'éjection d'énormes quantités de particules chargées électriquement (électrons et protons). Dans leur course, une partie d'entre elles sont bloquées par le champ magnétique qui entoure la Terre. Mais comme celui-ci prend la forme d'un entonnoir au-dessus des deux pôles, une partie de ces masses de particules s'engouffrent à ces deux endroits —et produit le spectacle appelé aurores boréales ou aurores australes, tout dépendant de l'hémisphère où on se trouve.

Les couleurs dans le ciel dépendent des éléments chimiques de notre atmosphère avec lesquels ces particules sont entrées en collision, et de la vitesse de la collision. Plus l'éruption est violente, plus la quantité de particules va générer un nombre élevé d'aurores boréales, dont certaines



seront visibles plus loin des lieux habituels. Le 24 mars, on en a signalé jusqu'en Arizona, non loin de la frontière mexicaine. Là où on a l'habitude de les voir, elles étaient encore plus spectaculaires qu'à l'ordinaire ce jour-là : la veille, une éruption —ou éjection de masse coronale— avait « surgi » d'un « trou » dans l'atmosphère du

Soleil faisant 20 fois la taille de la Terre. C'était un événement dit « de niveau 4 », sur une échelle qui en compte 5, et le dernier remontait à 2017.

Dans l'hémisphère sud, des habitants de la Tasmanie ont rapporté le spectacle —un territoire situé aussi loin du pôle Sud que l'Arizona l'est du pôle Nord.

Et ce n'est peut-être pas fini. Le

Soleil a continué d'être actif pendant la semaine, éjectant des masses de tailles différentes entre les 29 et 31 mars. Les pronostics varient, mais ça pourrait se traduire par d'autres spectacles nocturnes pendant la fin de semaine.

Le Soleil est, de plus, actuellement et jusqu'en 2025, dans la partie de son cycle de 11 ans caractérisée par un regain d'activité.

Un projet de science citoyenne, Aurorasaurus, encourage quiconque à rapporter une observation. L'idée est d'en arriver à de meilleures prédictions sur l'endroit et le moment où ces lumières vont apparaître. Parce que même si des appareils observent en permanence le Soleil et peuvent rapporter une éruption en temps réel, et même si on peut prédire le moment où un « filament » ou un « nuage » de particules atteindra le voisinage de la Terre, prédire où et quand se produiront suffisamment de collisions pour en devenir visibles à l'œil nu, reste pour l'instant au-delà des capacités des « météorologues solaires ».

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 !



Alimentation

Encourager nos agriculteurs locaux est une belle façon d'effectuer des achats responsables. Que ce soit les légumes, la viande, les œufs, la laine ou le miel, le goût est meilleur quand ça vient d'ici. Parce que saviez-vous que la distance moyenne parcourue par les produits alimentaires en Amérique du Nord est de 2600 km ? Et quand on est au bout de la ligne, comme nous, c'est encore plus que ça. Alors, c'est important de maximiser ce qu'on a près de nous. Sans compter qu'ils ont beaucoup moins de produits chimiques. 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.



Langues officielles : le projet de loi reprend le chemin des Communes

Par Inès Lombardo - Francopresse

Un accord entre les libéraux et le gouvernement du Québec a permis aux députés du Comité permanent des langues officielles de faire adopter des amendements en rafale et ainsi de conclure l'examen du projet de loi modernisant la loi sur les Langues officielles en comité, qui a été long et laborieux. Les députés ont adopté rapidement les 20 derniers articles du projet de loi C-13 sur les langues officielles en séance le 31 mars, grâce à des amendements passés en accord avec le gouvernement du Québec. Une adoption rapide, qui a permis de clore l'examen du texte en comité et de le renvoyer devant la Chambre des Communes pour une troisième lecture.

Le conservateur Joël Godin a souligné l'accord entre le gouvernement fédéral et Québec en comité : « Nous avons reçu 11 amendements hier soir de la part du gouvernement. [...] je suis obligé de dire que je fais confiance au gouvernement du Québec beaucoup plus qu'au gouvernement du Canada. »

Selon le député, ce renvoi en Chambre tient principalement aux partis d'opposition qui ont obligé le gouvernement fédéral à « fléchir un peu les genoux ».

Sa réflexion fait référence à la tentative de dépôt des libéraux d'un premier amendement d'une série visant à ajouter de nouvelles dispositions à la Loi sur l'usage du français au sein des entreprises privées de compétence fédérale. Cette Loi fait partie de C-13.

Deux avancées pour les francophones minoritaires...

Lors de cette séance du 31 mars, le NPD et les libéraux ont chacun fait adopter à l'unanimité un amendement en faveur des francophones minoritaires au Canada.

Niki Ashton, seule membre du NPD, a ainsi donné « plus de pouvoirs » et a « renforcé le travail très important que fait le Commissaire aux langues officielles », sans lire son amendement, voté à l'unanimité. Le public n'a donc aucune idée de ce que le NPD propose, si ce n'est qu'il s'agit d'une modification du (long) article 36 du projet de loi.

De leur côté, les libéraux ont proposé que le projet de loi soit examiné sur les dix premières années suivant son entrée en vigueur, avec l'angle de « l'épanouissement des minorités francophones et anglophones » et de « la protection et de la promotion du français au Canada ».

Si le projet de loi est adopté, les indicateurs culturels et éducatifs « depuis la petite enfance jusqu'aux études postsecondaires » reliés à, entre autres, la santé et la justice, devront être pris en compte. Tout comme la langue maternelle parlée et le taux d'anglicisation et de francisation.

... et plusieurs pertes

Néanmoins, des tentatives avortées de faire avancer la cause francophone au pays ont aussi été enregistrées. Les conservateurs avaient notamment proposé un amendement pour que la loi prenne en compte des faits

survenus après le dépôt d'une plainte auprès du commissaire aux langues officielles, « notamment ceux permettant d'évaluer le bienfondé de la plainte et le caractère convenable et juste de la réparation à accorder ».

Une nécessité, selon le député Godin, pour accélérer le processus de plainte, qui permettrait « aux francophones de perdre moins de temps » et « d'éliminer certaines batailles juridiques », citant au passage celle de la Fédération des francophones de la Colombie-Britannique (FFCB).

Toujours pour soutenir les causes britannocolombiennes, les conservateurs ont vu leurs espoirs douchés de conditionner la « vitalité institutionnelle de la minorité francophone de la région » à la présence d'un établissement d'enseignement public primaire ou secondaire ou « d'autres institutions appartenant à cette minorité ». Une référence à l'effort colossal déployé par la province pendant des années pour assurer des écoles francophones dans la province.

Les conservateurs et le Bloc québécois ont aussi, sans succès, tenté d'inscrire dans la future loi la capacité de parler français pour les postes de gouverneur général du Canada et de lieutenant-gouverneur du Nouveau-Brunswick. Les propositions conservatrices et bloquistes ont toutefois été jugées irrecevables, car de telles nominations à de tels postes relèvent des pouvoirs royaux protégés par la Loi constitutionnelle

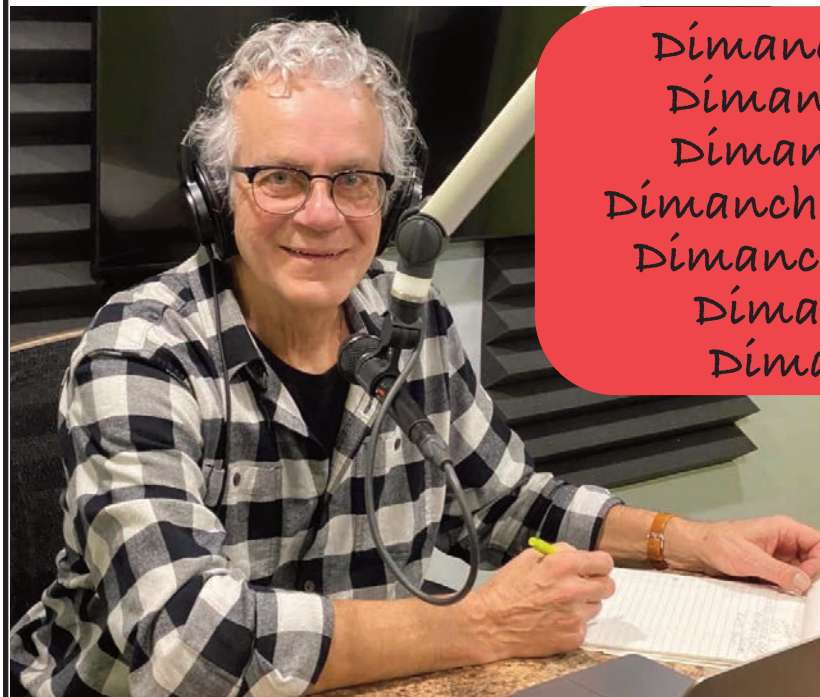
de 1982, que les parlementaires ne peuvent modifier.

Le député anglo-québécois Housefather seul sur les banquettes libérales

Fait marquant au cours de cette séance : au moment de voter les amendements que Québec a négocié avec les libéraux, le député libéral Anthony Housefather a tenté de faire passer trois amendements pour assurer les droits de la minorité anglophone au Québec. Ces modifications concernaient le droit des travailleurs anglophones au sein des entreprises privées de compétence fédérale, pour créer des « droits égaux », a plaidé l' élu. À trois reprises, ses propositions ont été rejetées par les libéraux, les conservateurs, le Bloc et le NPD.

Le député avait fait les manchettes en février dernier avec Marc Garneau, qui a depuis démissionné du caucus libéral, et Emmanuela Lambropoulos, qui avait affirmé — à tort — que l'adoption de la loi 96 au Québec avait eu des conséquences négatives pour les anglophones. Les trois députés avaient catégoriquement refusé toute tentative du Bloc québécois de faire référence à la Charte de la langue française dans le projet de loi C-13. Après son examen à la Chambre des Communes pour une troisième lecture, le projet de loi C-13 ira au Sénat, avant de recevoir la sanction royale que beaucoup dans la francophonie canadienne espèrent voir avant la fin de la session parlementaire, le 23 juin prochain.

Les Grandes familles de la région, série 3



Dimanche 19 mars : Famille Lefrançois
 Dimanche 26 mars : Famille Fontaine
 Dimanche 2 avril : Famille Laflamme
 Dimanche 9 avril : Famille Aubin en reprise
 Dimanche 16 avril : Spécial Rose Lecours
 Dimanche 23 avril : Famille Dupuis
 Dimanche 30 avril : Spécial Reesor

Avec Gérard Payeur
 tous les dimanches à 15 h

CINN911



Patrimoine
canadien

Cahier spécial de Pâques



Pâques

est arrivé,

c'est le temps de célébrer!



Cadeaux qui ont été remis aux enfants ayant participé au Concours de dessins !

À la rescousse des œufs en chocolat

Par Sarah Beauregard et Johannie Dufour

Ce matin-là, les habitants de Cocoville se préparaient pour leur grand pique-nique de Pâques. Comme chaque année, cet événement très attendu se déroulait dans un magnifique champ de tulipes. Fidèles à la tradition, tous les villageois devaient apporter un plat à partager.

Colette la poulette venait de mettre la touche finale à sa succulente salade aux légumes lorsqu'elle entendit frapper à la porte. En ouvrant, elle vit son voisin Pascal le lapin, l'air découragé, qui tenait une boîte d'œufs en chocolat.

— Qu'est-ce qui se passe ? demanda Colette, inquiète.

— Ce sont mes œufs ! Je les ai laissés près de la fenêtre et le soleil les a fait fondre ! gémit-il en lui montrant ses œufs déformés.

— Oh, je vois, constata son amie. Mais ils ne sont pas complètement fondus : je suis certaine qu'on peut les rescaper !

— Tu le crois vraiment ? répondit Pascal, avec espoir.

— Bien sûr ! Cours chez toi chercher toutes tes friandises, et reviens vite ! ordonna Colette tout en fouillant dans ses armoires.

Quelques minutes plus tard, le lapin revint avec un assortiment de sucreries : caramels, réglisses, petits bonbons et compagnie. De son côté, Colette avait trouvé des jujubes, des raisins secs enrobés de yogourt et des pralines.

Aussitôt, les deux voisins se mirent à décorer les œufs en chocolat, qui leur firent penser aux villageois...

— Regarde ! Avec toutes ces pastilles multicolores, cet œuf ressemble à Normand le paon ! s'exclama Colette.

— Et avec des raisins enrobés de yogourt à la vanille, celui-là deviendra le sosie de Suzie la brebis ! se réjouit Pascal.

Après avoir personnalisé tous les œufs, ils les déposèrent délicatement dans une glacière. Fiers de leur travail, la poule et le lapin se rendirent au champ de tulipes où ils firent une arrivée remarquée. Impressionnés par l'originalité des œufs en chocolat de Pascal, les habitants le félicitèrent chaleureusement.

— Tout le mérite revient à ma charmante voisine, leur répondit-il en désignant Colette. C'est grâce à son génie que mes œufs sont aussi beaux !

Depuis ce jour, Cocoville a une nouvelle tradition : chaque année, on organise une compétition amicale d'œufs en chocolat lors du pique-nique de Pâques !

FIN

Le chocolat de Pâques dont vous avez besoin est chez nous !!

Joyeuses Pâques !!

Hearst
CORNER STORE

733, rue George
705 362-4216

Joyeuses Pâques

Au Caprice

33, 9e Rue
705 362-5077

Joyeuses Pâques
et bonne chasse aux œufs !

Happy Easter
and have fun egg hunting !

Légion Filiale 173 **Légion** BR. 173

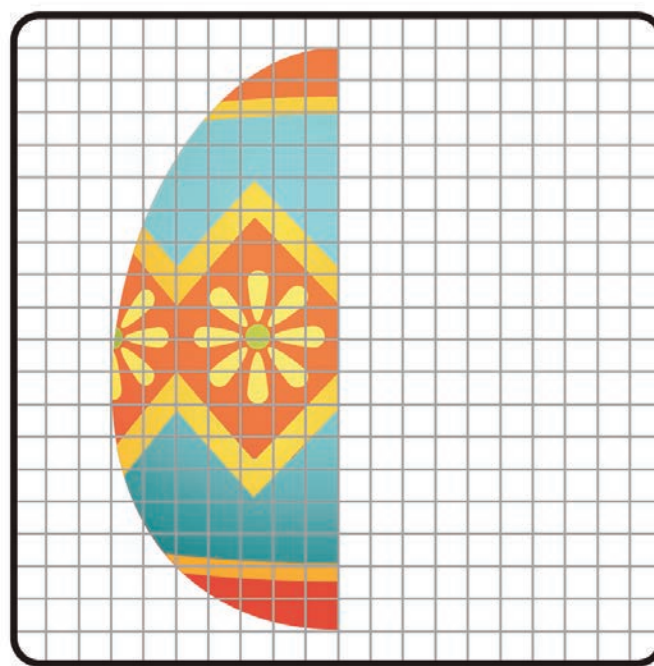


Des jeux amusants pour Pâques!



IMAGE MIROIR

DESSINE LA RÉFLEXION DE L'IMAGE, COMME SI ELLE SE REFLÉTAIT DANS UN MIROIR.



9 personnes sur 10 aiment le chocolat. La 10^e ment!



Joyeuses Pâques!!

Rejoignons-nous autour de la table avec les gens qu'on aime en cette occasion spéciale!
Joyeuses Pâques à toutes et à tous!

Vendredi 7 avril : fermé
Samedi 8 avril : ouvert de 8 h à 18 h
Dimanche 9 avril : fermé
Lundi 10 avril : ouvert de 8 h à 20 h
1521 route 11 Ouest, 705-362-1168



Pâques est une fête célébrée par les petits et les grands!

En magasin, nous avons : **Et plus encore!**
✓ Matériaux de bricolage
✓ Décorations de maison
✓ Accessoires festifs
✓ Friandises



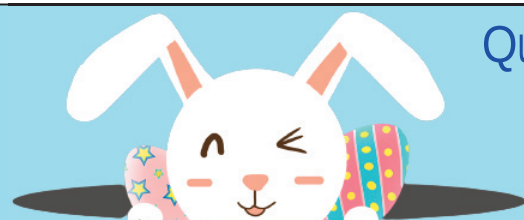
1417, rue Front
705 362-4334



Qu'est-ce que Monsieur Lapin a donné à sa petite amie pour sa fête?

- Une bague de 14 carottes!

Joyeuses Pâques en famille!



Cahier spécial de Pâques



Quoi offrir comme cadeau d'hôte pour Pâques?

Si vous êtes convié à un repas de Pâques et que vous cherchez comment remercier votre hôte, puisez l'inspiration dans ces quelques suggestions!

Cadeaux printaniers

Outre les poussins, les lapins et le chocolat, Pâques évoque la nature qui se réveille : bouquet de fleurs coupées, plante en pot et chandelle parfumée aux effluves printaniers, notamment, sont donc tout indiqués. L'arrivée des beaux jours signalant aussi le retour de diverses activités (jardinage, camping, vélo, etc.), vous pourriez miser sur un accessoire lié à celles que votre hôte affectionne, si vous les connaissez.

Présents gourmands

Si le chocolat est un classique pascal dont on ne se lasse pas, d'autres options s'offrent à vous, comme les alcools d'ici, les assortiments de thés, jujubes et bonbons colorés, délices de l'érable, épices à barbecue et le maïs soufflé aromatisé. Magasinez les paniers gourmands



thématiques ou créez le vôtre en y intégrant vos produits préférés à faire découvrir.

Surprises personnalisées

Si vous êtes proche de la personne qui vous reçoit, n'hésitez pas à lui offrir un cadeau moins « passe-partout ». Songez notamment à un bijou, à une paire de billets pour un spectacle de son artiste préféré ou à un atelier qui lui plaira à coup sûr. Vous pouvez aussi personnaliser un accessoire pratique (tasse, sac réutilisable, tablier, etc.) en y ajoutant son expression favorite, par exemple.

Des activités chocolatées pour tous les goûts!

Pour plusieurs, « Pâques » rime à tout coup avec « chocolat »! Vous êtes de ceux-là? Voici une sélection d'activités variées qui ont tout pour vous plaire!

Dégustation : Que vous vous offriez une pause réconfort et chocolat chaud bien méritée, que vous savouriez une décadente fondue en agréable compagnie ou que vous vous lanciez dans une tournée des chocolateries de votre région pour faire le plein de douceurs à essayer, vos papilles seront certainement comblées!

Jeux : Il existe une foule de jeux de société pour tous les âges qui mettent en vedette le chocolat (ex. : Choco, La doudou qui aimait trop le chocolat, Chocolate Factory, Chocolate Fix) et qui vous permettront de passer un bon moment en famille ou entre

amis. Vous pouvez également tester vos connaissances sur le chocolat, le cacao, etc., avec l'un des nombreux jeux-questionnaires que l'on trouve sur le Web.

Cuisine : Participez à un atelier de confection de chocolat près de chez vous, dénicher une recette facile en ligne et procurez-vous les ingrédients nécessaires pour fabriquer votre chocolat maison ou concoctez quelques desserts chocolatés à souhait (gâteaux, éclairs, mousses...). Plaisir (et régal!) assuré!

Soins : Si vous voulez profiter du congé pascal pour relaxer à volonté, pourquoi ne pas miser sur un enveloppement corporel au chocolat pour évacuer le stress de délicieuse façon? Les activités pour célébrer le divin chocolat ne manquent pas! Par quoi commencerez-vous?



Sam's
Mini Mart
& Convenience
PLUS

LES ALIMENTS EXPRESS

M&M

59 rue Labelle
705 372-1111

Joyeuses Pâques

Il est ressuscité!

Joyeuses Pâques

Saviez-vous que les œufs de Pâques sont un symbole chrétien? Ils représentent le tombeau qui s'ouvre, comme leur coquille et, par le poussin qui en sort, ils sont un symbole de vie et de résurrection.

cscdgr.education 800 465-9984

Que mille joies se glissent dans vos cœurs dès les premiers instants de ce matin de Pâques et se perpétuent tout au long de l'année!

Au P'Tit Marché

269 King St, Mattice,
ON POL 1T0
705 364-3131

Joyeuses Pâques

Les bureaux des Médias de l'épinette noire seront fermés le vendredi 7 avril et le lundi 10 avril. Bon congé!



Première chronique de 14

L'arrivée à Hearst de mes grands-parents maternels

Par Agathe Camiré

L'an dernier, ma famille et moi avons publié un récit sur la vie de notre mère, Simone Lecours Camiré, intitulé *Ma vie sur les bords de la Mattawishkwia*, que j'ai rédigé en collaboration avec ma mère. Aujourd'hui, et dans les prochaines semaines, je puiserai dans ce livre des bribes de ses souvenirs qui décrivent aussi les conditions de vie à Hearst à ses débuts.

En avril 1927, mes grands-parents, Stéphanie Pouliot et Arthur Lecours, et leurs cinq enfants que comptait alors la famille quittaient Sainte-Justine, au cœur des Appalaches, au Québec, pour s'installer sur une ferme à trois milles (cinq kilomètres) à l'est du village de Hearst (qui s'appelait alors Grant). Ma grand-mère et sa petite marmaille étaient montées à bord du train à Lévis pour entreprendre un trajet de deux jours, sur des sièges peu confortables. Mon grand-père avait loué un freight (wagon de marchandises) et était parti quelques jours plus tôt avec des valises, des meubles, des instruments aratoires, du foin, un cheval et des vaches. Son voyage dura huit jours. Il y avait rencontré un homme nommé Ernest Charbonneau. Celui-ci était ce qu'on appelait un jumper. Dans ce temps-là, il y avait peu de travail au pays et beaucoup d'hommes voyageaient illégalement dans des wagons de marchandises, allant d'une ville à l'autre pour trouver du travail. On les appelait des jumpers parce qu'ils sautaient à bord d'un train en marche. Parfois, certains réussissaient à se cacher dans un wagon avant le départ du train. On les voyait parfois assis sur le toit des wagons. Même si c'était une activité dangereuse, ils étaient nombreux à se déplacer ainsi. Mon grand-père avait fait confiance à cet homme et l'avait invité à vivre avec lui et sa famille. Il aidait dans les travaux de la ferme et, l'hiver, travaillait avec lui dans les chantiers.

Au moment de l'arrivée de la famille à Hearst, on comptait entre 600 et 700 habitants; ceux-ci venaient principalement de l'Europe de l'Est et des îles Britanniques. L'anglais était la langue d'usage. Ce fut toute une adaptation, surtout pour ma grand-mère qui ne parlait pas un mot d'anglais. Mon grand-père, lui, se débrouillait; il avait appris la langue en travaillant dans les chantiers forestiers près de la frontière canado-américaine.

Alors que Stéphanie et Arthur connaissaient un relatif confort à Sainte-Justine, étant propriétaires d'une ferme en grande partie défrichée et d'une maison confortable – dotée d'électricité, d'eau courante, d'eau chaude et d'une toilette –, rien de tout ça ne sera disponible avant de nombreuses années. Étaient-ils conscients alors des énormes sacrifices qu'ils auraient à affronter, et ce, afin d'assurer un meilleur avenir à leurs enfants? Dans les premières années, la famille vivait avec le strict

minimum, sans eau courante, ni téléphone, ni électricité, dans une maison de deux chambres à coucher, mal isolée, sur une ferme de 200 acres, où les quelques voisins étaient éloignés. On s'éclairait à l'aide de lampes à l'huile de charbon; on puisait l'eau dans un puits peu profond. Parfois, l'hiver, il faisait tellement froid que l'eau gelait. La neige était alors la seule source d'eau; il fallait la faire fondre dans un grand boiler (une cuve) pour les besoins de la maison et des animaux. Il fallait alimenter le poêle jour et nuit. C'est ma grand-mère qui en était responsable; c'était trop dangereux pour les enfants. Plus tard, quand les garçons ont grandi, c'est devenu leur tâche. Ça en prend de la neige pour produire une chaudière d'eau! Et les besoins étaient nombreux: boire, cuisiner, laver les vêtements – incluant les couches et le linge de bébé – et abreuver les animaux qui buvaient beaucoup. Le poêle ronronnait sans arrêt. De plus, chaque fois qu'on ouvrait la porte pour aller chercher de la neige ou du bois, le froid s'engouffrait dans la maison. Il fallait chauffer pour garder la maison chaude, car les murs étaient isolés avec du bran de scie et on avait par moments l'impression que le vent passait à travers. En séchant, le bran de scie s'accumulait dans le bas des murs et le haut n'était alors plus isolé.

Un mois après leur arrivée, à la fin de mai, les mouches noires les ont envahis, et ensuite les maringouins. Ils n'avaient pas connu ça à Sainte-Justine. Les animaux et l'étable qui se trouvaient non loin de la maison attiraient les insectes. Les fenêtres n'avaient pas de moustiquaires. Ma grand-mère distribuait aux enfants des morceaux de tissu qu'ils agitaient pour chasser les moustiques. Il y en avait tellement et toute la journée! Finalement, un voisin a conseillé à mes grands-parents de suspendre du coton à fromage dans l'ouverture des fenêtres (en bois à carreaux). Ce truc un peu rudimentaire a pourtant été efficace. Il fallait toutefois renouveler le coton à fromage chaque année. Les mouches et les maringouins se fauilaient encore, mais considérablement moins.



Arthur Lecours et Stéphanie Pouliot, le jour de leur mariage en 1919

La question de la semaine!

Quels services utilisez-vous chez



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



Nommez un nouveau produit que l'on retrouve chez



Poulet cuit, soit rôti ou frit - Sandra

Merci pour votre participation!!!!



Une page d'histoire sur nos bâtisseurs

Portrait de Lorraine Marceau Fauchon

Par Jocelyne Hébert en collaboration avec Claudine Locqueville

Lorraine est née en 1941 à Saint-Magloire, Québec, cadette d'une famille de 16 enfants qui demeurait sur une ferme. Comme le père, Joseph, n'apprécie pas vraiment ce genre de vie, aussitôt que le plus vieux de ses garçons se marie, c'est lui, le fils, qui prend la relève pendant que le reste de la famille déménage au village de Saint-Magloire. Lorraine a 4 ans.

Une journée printanière lors de son enfance, elle et deux compagnes décident d'aller glisser pendant l'heure du diner. Le toboggan ayant parcouru une distance beaucoup plus longue que prévu, elles tardent à revenir et entrent au couvent pendant le chapelet du midi. Ce petit plaisir leur a valu une sévère punition par une religieuse; elles ont dû rester agenouillées longtemps. Leçon bien apprise, elles n'ont pas retenté l'expérience.

Entre la sœur aînée et Lorraine, il y a 23 ans de différence et au fur et à mesure qu'un membre de la famille est assez vieux, il part travailler à l'extérieur. Pour les garçons, c'est dans les chantiers avec leur père, tandis que les filles se font engager dans les manufactures de coton et de soie à Sherbrooke. À 15 ans, c'est au tour de Lorraine de quitter le nid familial. Durant deux ans, elle se retrouve dans la ville de Québec où elle obtient un emploi de surveillante des patients dans un hôpital psychiatrique.

À 17 ans, elle visite sa tante Léontine Audet à Hearst qui lui mentionne qu'il manque du personnel à l'hôpital. Lorraine et deux de ses sœurs décident de venir pour quelques années seulement... elles sont à Hearst depuis ce temps.

Trois mois après son arrivée à Hearst, notre jeune infirmière et une collègue de travail qui se nomme Annette sortent de l'hôpital alors que Marcel (le frère d'Annette) et un ami attendaient dans l'auto, en ce beau

dimanche, pour donner un tour à sa sœur. Naturellement, Marcel offre à Lorraine de l'accompagner chez elle. Lorraine explique que, grâce à un petit coup de pouce d'Annette, les fréquentations ont commencé deux semaines après cette première rencontre.

Monsieur Fauchon est né à Fryatt où ses parents possédaient une ferme. Ils étaient originaires de Sainte-Justine, Québec, non loin de la famille de Lorraine. Comme la plupart des hommes de l'époque, il travaillait dans les chantiers, étant opérateur de machinerie lourde au cours des années 70. Lorsqu'il obtient sa licence de mécanicien, M. Fauchon est embauché pour travailler dans le garage chez Lévesque. Il y termine sa carrière comme préposé aux achats.

L'union de Lorraine et Marcel a lieu en 1961 (61 ans de mariage). Leurs trois enfants demeurent à Hearst : il s'agit de Gino (Nathalie Otis), Marlène (Alain Lemieux) et Manon (Alain Bérubé). Ils sont grands-parents de quatre garçons et deux filles. En plus, ils ont la chance de voir grandir leurs cinq arrière-petits-enfants.

Durant les quinze premières années de leur mariage, maman Fauchon reste à la maison pour s'occuper des enfants, mais en 1976 elle reçoit un appel de l'hôpital pour l'inciter à retourner travailler. À ce moment-là, elle choisit de suivre le cours d'infirmière auxiliaire tout en travaillant. Elle a bien aimé cette profession et y contribuera pendant 20 ans, mais elle continue toujours à temps partiel. En plus de son emploi, Lorraine Fauchon fait du bénévolat auprès des Filles d'Isabelle depuis presque 50 ans, notamment lors de la vente de la guignolée et au Foyer des Pionniers. À leur retraite, le couple s'est investi pendant au moins 14 ans dans le domaine de la popote roulante.

Madame Fauchon mentionne qu'elle et son mari aiment bien vivre à Hearst. Leur intégration, de la province de Québec à ici, a été facile et agréable puisque plusieurs Québécois habitent dans notre municipalité et le français domine. Ils se sont vite sentis comme chez eux. Chaque année, ils vont visiter la famille à Québec.

Bien que seuls quatre membres de sa fratrie restent, la génétique touchant la longévité est au rendez-vous dans la famille de Lorraine; sa mère est décédée à 94 ans et son père à 85. En juillet dernier, elle a perdu une sœur âgée de 101 ans et en novembre une autre de 95 ans. Il lui reste donc sa sœur de 93 ans et un frère de 90 ans à Sherbrooke, ainsi qu'une sœur de 88 ans à Hearst.

En plus des gènes, il est clair que sa joie de vivre, ainsi que le fait d'être bien entourée, active et occupée contribuent grandement à son bien-être, à rester alerte et bien vivante.



Lorraine et Marcel Fauchon en 2021



Famille Fauchon en 2021



**L'INFO SOUS LA LOUPE
FAIT RELÂCHE
DE RETOUR
LE 14 AVRIL À 11 h**

DISPONIBLE SUR LE SITE WEB CHAQUE LUNDI





Tania Vaillancourt, conseillère financière
801 rue George, Hearst • 705 372-1826



- Investissements, REER
- Assurances vie, invalidité, maladies graves
- Hypothèques
- Planification fiscale et/ou successorale
- CELI - Compte épargne libre d'impôts
- REEE - Régime enregistré d'épargne-études



Dans le temps comme dans le temps Vivre dans les années 50 : La glissade de l'école Ste-Thérèse

Une chronique de Serge Morissette

En septembre 1953, je commençais ma 1^{re} année à l'école Ste-Thérèse et j'y suis allé jusqu'à la 4^e année. Parmi les élèves que j'ai côtoyés durant ces années, je note Albert Timmermans, Pierre Robert, Rachel Thériault, Suzanne Pion, Nicol Poirier, Bernice Charrette, Clodie Paris, Yolande Leclerc, Allen Lamontagne, Raymond Paquin, Pierrette Bond, Luc Leclerc, Adrien Bégin, Denis Laprise, Marcel Marchand, Carol Barrette, Gérald Allard, Normand Narbonne, Louise Vaillancourt, Cécile Collin, Ernest Cloutier, Gaston Baillargeon, Gaétan Lapierre et j'en oublie.

Les autorités de l'école avaient fait construire une glissade en bois haute de quinze à seize pieds. En hiver, le concierge arrosait la partie « glissade » du machin afin d'assurer une légère couche de glace sur laquelle on pouvait se laisser glisser. Ce qui n'était pas prévu cependant, c'est que l'eau aussi glissait et s'accumulait au bas de la glissade pour former une « bosse ». Dans les premiers temps, plusieurs élèves venaient à l'école avec des morceaux de carton sur lesquelles ils pouvaient glisser. Lorsqu'ils arrivaient au bas de la glissade à pleine vitesse, ils frappaient la butte de glace et, souvent, se blessaient aux reins ou au dos. Vinrent ensuite les *sleighs* en bois et les « soucoupe volante » en métal. Celles-ci protégeaient beaucoup mieux contre le choc de la butte de glace au bas de la glissade, mais en même temps nous faisaient sauter et voler pour plusieurs pieds, ce qui réjouissait encore plus les enfants !

Les élèves de la 1^{re} et 2^e année étaient généralement satisfaits de suivre les règles établies. Rendus en 3^e et 4^e année, toutefois, nous étions maintenant les « grands » et on se permettait plus de risques dans nos compétitions. Au courant des premières années, le défi était de se comparer à savoir lequel irait le plus loin avec son machin. Mais en 3^e et 4^e année, le défi, pour certains, commence à manquer d'attrait et ils conçoivent donc un challenge plus ambitieux. Écoutons-les. (Les paroles de cette partie sont fictives, mais pas les actions.)

Albert : Okay, les gars. Y'a-t-il quelqu'un qui est *game* de faire comme moé et pis de glisser debout ? Le gagnant est celui qui va le plus loin en glissant, mais il faut rester debout.

Serge : Moé, j'suis prêt.

Adrien : Moé aussi.

Albert : Okay, moé je commence. Serge, toé tu viens après et pis Adrien, ce sera toi ensuite.

Serge et Adrien : Okay.

Albert monte sur la glissade et il se met à glisser debout. Après une vingtaine des pieds, il perd l'équilibre et tombe sur le dos. Il glisse jusqu'au bas de la glissade en continuant d'augmenter en vitesse. Au bas, il frappe la butte de glace et vole dans les airs pour une dizaine de pieds avant de tomber dans la piste de glissage. Il prend deux minutes et se relève en boitant et regarde Serge.

Albert : Okay, c'est à ton tour.

Serge : Wow, ça d'air être le fun ça.

Il monte sur la glissade en courant. Arrivé en haut, il regarde la glissade

et prend un grand respire. Pour ne pas tomber sur le dos, il se penche un peu en avant et se lance sur la glissade. En pliant un de ses genoux, il réussit à garder l'équilibre jusqu'à la butte de glace au bas de la glissade. Arrivé à grande vitesse, ses deux pieds s'envolent dans les airs avec le restant du corps qui suit. Il se frappe la tête sur la piste et continue à glisser une vingtaine de pieds. Il se lève en titubant puisque la tête lui résonne et aperçoit tous ses amis autour de lui qui rient.

Albert : Wow. Ça c'était toute une débarque. Tu t'es pété la tête sur la glace. Es-tu correct ?

Serge (encore incertain où il est) : Y'a rien là. Ça fait même pas mal.

C'est maintenant au tour d'Adrien. Il vient tout juste de voir ses deux amis prendre des débarques remarquables et c'est maintenant son tour. Il monte les marches lentement et rendu en haut, il regarde en bas de la glissade. Il sait bien qu'il est maintenant trop tard pour refuser son tour. Les autres jeunes ne lui feraient jamais oublier. Il s'accroupit et il se laisse glisser. Au bas de la glissade, il frappe la butte de glace et les deux pieds s'envolent. Il fait une rotation complète dans les airs et retombe sur le ventre où il glisse pour une dizaine de pieds. Il se lève, la tête pleine de neige.

Adrien : Wow. C'est tout un *kick* ça.

Albert : *Chicken* ! Tu ne t'es même pas tenu debout.

Deux autres de leurs amis se joignent au groupe.

Serge : Okay, Pierre. C'est à ton tour.

Après trois ou quatre débarques extraordinaires, c'est encore au tour à Albert. Il avait observé toutes les autres descentes et étudié les stratégies qui fonctionnent. Il monte les marches et une fois en haut, se penche sur la glissade. Il imagine son plan et s'élance. Il plie son genou gauche avec sa jambe droite un peu en arrière pour l'aider à garder son équilibre. Rendu au bas de la glissade, il plie les deux genoux, juste avant de frapper la butte de glace. Ceci coupe la hauteur de son vol. Dans les airs, il plie son genou gauche encore une fois avec sa jambe droite un peu en arrière pour garder son équilibre et étend ses bras dans les airs. Il vole quelques pieds, penchant à gauche et à droite comme un avion dans le vent, mais il réussit à atterrir tout en restant debout. Il glisse une vingtaine de pieds et termine son trajet en courant. Il se retourne et sourit à tout le monde. C'est la glissade parfaite. Il devient automatiquement le héros de la cour de jeu.

La glissade debout devient très populaire. Durant sa 3^e et sa 4^e année, Pierre réussit la descente parfaite à deux ou trois reprises, mais c'est Albert qui demeure le héros de tous. C'est lui qui l'a fait le premier. Lorsqu'ils retournent en classe avec des maux de tête, des *poques* sur différentes parties du corps, de la neige allant jusqu'à l'intérieur de leur camisole, tous les jeunes sourient et aucun n'ose se plaindre aux autorités et même aux parents, de peur qu'on démantèle la glissade.

Quelques années plus tard, la structure de la glissade en bois devient précaire et même dangereuse. Le Conseil des écoles séparées choisit de s'en défaire. Elle n'a jamais été remplacée.

NORTHERN MONUMENTS DU NORD

**Immortalisez vos
êtres aimés !**

Pour une vaste gamme
de monuments et
les compétences nécessaires pour les
personnaliser,
voyez votre expert.

Tél. : 705 372-5452 • Téléc. : 705 372-1321

Consultation gratuite à domicile

Rapport d'impôts pour les particuliers & les entreprises



JFR

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

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

Ouvert

14, 8^e Rue, Hearst ON P0L 1N0

705 362-8841

info@jfrcpa.ca

www.jfrcpa.ca

LUNDI AU VENDREDI
8H30 À 17H30

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

La Fierté Communautaire selon un citoyen

Danielle Lauzon : Hearst est la meilleure place pour élever une famille



Comme plusieurs, Danielle Lauzon a grandi à Hearst, est partie aux études et a décidé de revenir dans le Nord. Pour elle, Hearst est un havre de camaraderie à la fois francophone et sécuritaire : des conditions favorables pour élever une famille.

« Quand mon mari et moi on a pris la décision d'avoir une famille, on s'est dit que la ville de Hearst serait la meilleure place pour élever des enfants parce qu'on se sentait en sécurité », déclare Danielle. « Il y avait plusieurs raisons, mais la principale c'était vraiment de pouvoir élever une famille dans un milieu francophone, puis chez nous. »

Elle se dit heureuse de pouvoir faire partie d'une communauté qui ne cache pas son esprit d'entraide communautaire. Que Hearst contienne ce sentiment d'appartenance, cela donne à Danielle de quoi être fière de sa ville natale. « Habituellement, je trouve qu'une communauté c'est un petit groupe de personnes tandis que la communauté de Hearst c'est l'ensemble de la ville entière, ça inclut tout le monde », indique-t-elle. « Je trouve que ça, c'est vraiment important. Donc, je suis vraiment fière que notre ville ait ce sentiment d'appartenance là. »

Il s'agit d'une valeur que Danielle souhaite faire perdurer en contribuant à la fois au roulement économique et culturel de la région. Pour elle, encourager l'économie de Hearst va bien au-delà de magasiner dans les différents commerces.

« Les achats, ça ne fait pas juste partie de ce qui est physiquement, mais aussi achat culturel comme participer aux festivals, participer dans les spectacles, aller au Conseil des Arts », défend-elle. « Je trouve que l'implication dans la communauté fait aussi partie de l'achat local, même si parfois il n'y a pas un prix. Je pense que la participation fait aussi partie de ça. »

La participation de Danielle s'est traduite par son implication au sein de multiples conseils d'administration depuis son retour. Présentement, avec son conjoint, ils donnent de leur temps dans le but de remettre en branle l'équipe d'improvisation de l'École secondaire de Hearst.

« Avec la pandémie, on trouve qu'il y a eu un déclin », remarque-t-elle. « On trouve que c'est très important de pouvoir avoir une initiation aux arts, parce que veut, veut pas, l'improvisation ça va mener vers les arts. Donc, on trouve que c'est important de s'impliquer de cette façon-là. »

Outre les arts et la culture, Danielle a un penchant pour les activités de plein air. Que ce soit la chasse, la pêche ou le camping, elle est d'avis que la région recèle de nombreux emplacements pour se

rassembler sans technologie.

« On a tellement de beaux emplacements pour se rassembler en famille autour d'un feu de camp, manger des guimauves, puis juste se rassembler sans technologie ça fait du bien », dit-elle. « Ayant vécu à Sudbury pour un bout, ça me manquait et j'avais envie de revenir à Hearst juste pour avoir ce temps de qualité et de passibilité. »

Hearst n'est peut-être pas une grande ville avec les plus hauts gratte-ciels et les plus grands centres commerciaux, mais pour Danielle, cela ne fait que faire le charme de la place. Pour elle, le temps gagné par le mode de vie vaut les salaires des grandes villes.

« Me rendre au travail me prend trois minutes en voiture, 12 minutes à pied, et amener mes enfants à la garderie va me prendre juste cinq minutes de plus parce que c'est en route », résume-t-elle. « Tout le temps que je gagne que je ne suis pas prise dans le trafic, ce temps-là que tu gagnes en général, c'est juste merveilleux. »

En plus du temps encaissé, Danielle est rassurée par la sécurité communautaire de sa ville. Elle se dit choyée de pouvoir compter sur ses voisins et son quartier. D'être entourée de gens bienveillants lui donne une tranquillité d'esprit pour élever ses deux filles.

« Je n'ai pas peur quand mes enfants vont grandir qu'elles vont pouvoir aller chez leurs grands-parents à pied ou à bicyclette parce que je n'aurai pas la crainte qu'elles vont se faire frapper par une voiture ou quelque chose comme ça », avoue-t-elle. « Élever des enfants ailleurs, je pense que je serais un petit peu plus mère poule puis je ne pense pas que je voudrais laisser mes enfants aller n'importe où. »

En revanche, comme la perfection n'existe pas, la ville de Hearst a elle aussi ses lacunes selon Danielle Lauzon. Ces manques se retrouveraient en ce qui concerne le logement. À son avis, la Municipalité devrait mettre en place des initiatives pour des logements et des initiatives pour les entreprises qui s'établissent à Hearst. Afin d'obtenir plus de services, une augmentation de population semble nécessaire.

« Je pense que ça va être un travail communautaire à faire, mais il va falloir bâtir des logements pour que des familles puis des entreprises veuillent venir s'installer à Hearst », affirme-t-elle. « Ça va faire un effet domino, on va pouvoir attirer plus de familles, on va pouvoir avoir plus de logements, plus d'investisseurs, puis ça va nous permettre d'avoir plus de services. »

Voici les commerçants participants

Présenté par

Les parents devraient diminuer l'exposition des enfants aux écrans ?

Par Kathleen Couillard

Agence
Science-Press

Le Détecteur
de rumeurs

VRAI

Télévisions, tablettes, téléphones... Les écrans sont partout et les tout-petits y sont beaucoup plus exposés qu'avant, suscitant toutes sortes d'inquiétudes. Le Détecteur de rumeurs a examiné cette question complexe.



Quels sont les dangers des écrans chez les jeunes enfants ?

En 2020, le Haut Conseil de la santé publique de la France a publié une analyse des données scientifiques sur les effets de l'exposition des enfants aux écrans. En tout premier lieu, selon les auteurs, les effets négatifs des écrans sur le sommeil sont bien établis. Cette opinion est partagée par l'Académie américaine de pédiatrie dans son document de principe publié en 2016.

Deux mécanismes expliquent cette association. D'abord, la lumière bleue des écrans supprime la production de mélatonine, ce qui affecte le rythme circadien. Ensuite, certains contenus stimulent les tout-petits avant d'aller au lit. Les écrans retardent ainsi l'endormissement et diminuent la durée ainsi que la qualité du sommeil.

D'autre part, l'agence française établit une association entre l'exposition aux écrans et le surpoids ou l'obésité. Le Royal College of Paediatrics and Child Health du Royaume-Uni est arrivé à la même conclusion en 2019 : les enfants qui passent plus de temps devant les écrans ont une alimentation moins saine et consomment davantage de calories. La Société canadienne de pédiatrie remarquait toutefois en 2022 qu'il n'y a pas d'association entre le temps passé devant un écran et la prise de poids à l'âge préscolaire. Cependant, les scientifiques observent une augmentation du risque de sédentarité et de surpoids plus tard dans la vie.

Enfin, l'exposition des tout-petits à plusieurs formes d'écrans serait associée à une diminution de l'attention, selon la Société canadienne de pédiatrie. De plus, les autorités de santé publique française, américaine et britannique notent un lien entre l'utilisation excessive des écrans et des troubles émotionnels comme les symptômes dépressifs.

Y a-t-il des bénéfices ?

Cependant, tout n'est pas négatif. Selon la Société canadienne de pédiatrie, l'utilisation des écrans pour accéder à des contenus de qualité pourrait améliorer les aptitudes sociales des tout-petits en leur enseignant l'empathie, la tolérance et le respect. Par ailleurs, les appareils mobiles pourraient fournir des occasions d'interactions : par exemple lorsque les tout-petits peuvent converser à distance avec un membre de la famille grâce à la téléconférence.

Les écrans pourraient également favoriser l'apprentissage du langage et le développement des aptitudes nécessaires à la lecture et à l'écriture, à condition que le contenu soit de qualité et adapté à leur âge. Et à condition, remarque la Société canadienne de pédiatrie, qu'un adulte soit présent pour superviser l'activité.

Il faut toutefois souligner que d'autres études citées par ces différents rapports ont plutôt observé des retards de langage chez les bébés avec une plus grande exposition aux écrans. Les experts insistent d'ailleurs sur le fait que les interactions directes avec une vraie personne sont plus efficaces que n'importe quelle application.

Toujours selon la Société canadienne de pédiatrie, les écrans tactiles pourraient stimuler le développement de la motricité fine, mais de longues périodes d'utilisation des écrans chez les tout-petits seraient associées à de moins bonnes habiletés motrices en général. Des résultats contradictoires ont aussi été obtenus concernant l'effet des écrans sur le développement cognitif, ajoute le Haut Conseil

de la santé publique de France.

Dans tous les cas, l'Académie américaine de pédiatrie souligne que les bénéfices des écrans sont limités avant l'âge de 2 ans. La mémoire symbolique et l'attention sont alors très immatures et ces enfants ont de la difficulté à appliquer ce qu'ils voient à l'écran dans la réalité. Par exemple, dans une expérience mentionnée par l'Association américaine de psychologie, on montrait à des tout-petits une vidéo où un chercheur cachait un objet dans la pièce où ils se trouvaient. Les jeunes sujets ne parvenaient toutefois pas à le retrouver par la suite.

Des effets directs ou indirects des écrans ?

Les études sur les écrans comportent plusieurs lacunes, nuance l'Association américaine de psychologie. D'abord, on ne dispose pas d'études longitudinales, c'est-à-dire réalisées sur une longue période de temps. De plus, jusqu'à tout récemment, les études ne tenaient que rarement compte du type d'écran, de la qualité du contenu ou de l'environnement socioéconomique de l'enfant. Le Royal College of Paediatrics and Child Health insiste d'ailleurs sur la nécessité de faire plus d'études sur les plus récentes technologies.

Le Haut Conseil de la santé publique souligne pour sa part que des liens de cause à effet n'ont pas encore été démontrés. En effet, les écrans pourraient agir de façon indirecte en modifiant certains comportements de l'enfant, notamment son alimentation ou son niveau d'activité, ou en devenant une source de distraction. Ils pourraient ainsi diminuer la qualité des interactions entre un enfant et ses parents, ou remplacer des activités bénéfiques comme le sommeil, la lecture ou l'exercice physique. L'effet toxique direct des écrans est donc contesté par certains experts, écrit le Collège royal.

Quelles sont les recommandations ?

Dans son analyse des études scientifiques en 2020, l'agence française conclut que la recherche existante ne permet pas d'établir un seuil en-dessous duquel l'utilisation des écrans ne comporterait pas de risques pour les tout-petits. Cependant, les experts savent que les risques d'effets négatifs augmentent avec le nombre d'heures passées devant un écran. Ce risque peut varier selon le type d'écran et selon l'âge de l'enfant.

Pour ces raisons, la plupart des autorités de santé publique recommandent d'éviter complètement les écrans avant l'âge de 2 ans, à l'exception des applications permettant de converser à distance avec un membre de la famille. Entre 2 et 5 ans, le temps d'écran ne devrait pas dépasser une heure par jour.

De plus, les parents devraient privilégier des contenus éducatifs et s'assurer d'être présents avec leur enfant pendant l'utilisation de l'écran. La société canadienne de pédiatrie souligne d'ailleurs que les écrans ne devraient pas être utilisés régulièrement pour calmer l'enfant puisque ce comportement pourrait l'empêcher d'apprendre à réguler ses émotions.

Verdict

Les effets des écrans sur le développement des tout-petits ne sont pas encore parfaitement compris par les scientifiques. Cependant, en raison du peu de bénéfices et des risques possibles, diminuer le nombre d'heures passées devant un écran est préférable.

BONDISSEZ SUR LA CHANCE DE GAGNER AU RADIO BINGO

1800 \$

en prix à gagner

ce samedi 11 h sur les ondes de

CINN911.com

MOT CACHÉ

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

Thème : Journée au bureau / 7 lettres

A	Édifice	N	Rendement
Agenda	Embauche	Note	Résultat
C	Employés	O	Retard
Café	Équipe	Ordinateur	Réunion
Calendrier	Évaluation	Organisation	S
Chaise	F	P	Salle
Classeur	Fenêtre	Paie	Secrétaire
Client	Formation	Papier	Service
Collègue	Fournisseur	Patron	T
Conférence	G	Pause	Tâches
Courrier	Gestion	Photocopieur	Téléphone
D	I	Poste	Temps
Département	Imprimante	Prime	Travail
Directeur	M	Production	V
Document	Matériel	Projet	Vente
Dossier	Message	R	
E	Métier	Rangement	
Éclairage	Meuble	Réception	

Procurez-vous le livre
Tu fais partie de la gang

écrit par
Lucie Paquin

**35 ANS
D'HISTOIRE**

CINN911

AU COUT DE 25 \$

Réponse du mot caché : **HORLAIRE**

POÊLÉE DE CHAMPIGNONS



INGRÉDIENTS

- 500 g de champignons
- 2 gousses d'ail
- 2 oignons
- 1 échalote
- 100 ml de vin blanc sec
- Du persil ciselé
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Du sel et du poivre

ÉTAPES DE PRÉPARATION

- Peler les champignons, leur ôter la queue et les couper en quartiers.
- Éplucher les oignons, l'échalote et les gousses d'ail puis les émincer et hacher le persil.
- Mettre l'huile d'olive dans une sauteuse puis faire cuire l'oignon, l'échalote et l'ail pendant 5 minutes tout en remuant. Ajoutez les champignons et le vin blanc.
- Saler, poivrer et laisser cuire à feu doux pendant 10 minutes sans couvrir, puis servir cette poêlée de champignons avec un steak ou des filets de poulet.



SUDOKU

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

RÈGLES DU JEU :

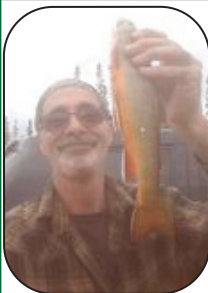
RÉPONSE DU JEU N° 816

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

AVIS DE DÉCÈS



Noël Lamarche

Nous avons le regret d'annoncer le décès de M. Noël Lamarche, le vendredi 17 mars 2023, à l'âge de 61 ans, à l'Hôpital Notre-Dame de Hearst. Il laisse dans le deuil sa fille Nancy, son frère Nelson (Angèle) et ses sœurs Anne (Yves) et Line (Jocelyn), tous de Hearst; ainsi que ses neveux : Maurice Lepage et Paul Côté (par alliance); ses nièces : Fanny Roy et Isabelle Lepage; ainsi que plusieurs parents et ami(e)s. Il fut précédé dans la mort par son père Gaston (2018) et sa mère Andrée (2022).

On se souviendra de Noël comme d'un bon vivant, qui aimait beaucoup le plein air. Dans ses temps libres, il pratiquait la pêche, la chasse et le camping.

Un homme à tout faire, il a travaillé pendant plusieurs années pour Columbia Forest Products à Hearst, de même que dans le domaine de la construction.

Il laisse de bons souvenirs dans le cœur de sa famille et de ses ami(e)s.

La famille aimerait remercier le personnel de l'Hôpital Notre-Dame ainsi que les médecins pour les bons soins qu'il a reçus durant sa phase terminale.

Les funérailles auront lieu à une date ultérieure.

Des dons à la Société canadienne du cancer ou à l'Hôpital Notre-Dame seraient appréciés.

Les petites annonces

AU CENTRE CÉZAR

Un appartement prêt à louer pour une personne âgée seule. 705 372-8812



Expert Chev Buick GMC Ltd

RÉCEPTIONNISTE

Poste à temps plein – temporaire
besoin immédiat



DESCRIPTION DU POSTE

- Accueillir les clients, répondre aux appels téléphoniques et les acheminer
- Véhicule de location : prendre les réservations, faire les inspections et la facturation, effectuer les paiements et produire le rapport mensuel
- Assister le département des ventes de véhicules
- Accomplir des tâches reliées aux comptes recevables et payables
- Remplir d'autres tâches administratives

EXIGENCES

- Apprendre rapidement et être capable d'effectuer des multitâches efficacement
- Avoir le sens de l'organisation
- Être bilingue (écrit et oral)
- Faire preuve d'autonomie, de discrétion et d'un esprit d'équipe

ATOUTS

- Diplôme en administration ou expérience
- Connaissance des logiciels Quorum, MS Office (Excel), Sage 50

S.V.P. apportez votre curriculum vitae en personne à
Nathalie Ouellet au
500 route 11 Est Hearst entre 9 h et 16 h
ou envoyez-le par courriel à nouvellet@expertchev.ca

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



OFFRE D'EMPLOI

MÉCANICIEN-MONTEUR INDUSTRIEL ET/OU SOUDEUR

- Certification ou apprenti mécanicien-monteur industriel
- Certification de soudeur
- Expérience dans le domaine est un atout

TECHNICIEN EN CHAUFFAGE, RÉFRIGÉRATION ET CLIMATISATION

- Certification ou apprenti mécanicien-monteur industriel
- Certification de soudeur
- Expérience dans le domaine est un atout

MAIN-D'ŒUVRE GÉNÉRALE

- Expérience dans le domaine est un atout

*****Salaire et assurance collective compétitifs
avec possibilité d'avancement*****

Pour plus d'informations, veuillez
contacter YVAN LANOIX
Téléphone : 705 372-9000

Envoyez votre curriculum vitae
au : straightlineplumbing@outlook.com

JOB POSTING

INDUSTRIAL MECHANIC MILLWRIGHT &/OR WELDER

- Industrial Mechanic Millwright Red Seal Certificate or apprentice
- Welder Certificate
- Experience in the field is an asset

HVAC, REFRIGERATION & AIR CONDITIONING MECHANIC

- HVAC, Refrigeration & Air Conditioning Mechanic Red Seal Certificate or apprentice
- Experience in the field is an asset

GENERAL LABOUR

- Experience in the field is an asset

*****Competitive salary & benefits with
possibility of advancement*****

For more information, please contact
YVAN LANOIX
Phone : (705) 372-9000

Send your resume to :
E-mail : straightlineplumbing@outlook.com

Les Lumberjacks en vacances

Par Guy Morin

La saison des Lumberjacks a pris fin dimanche soir à Powassan suite à une défaite de 4 à 3 lors de la joute numéro 6 de la série face aux Voodoos.

Après avoir concédé les matchs 1 et 2 à la maison, les Bucherons avaient divisé les matchs 3 et 4 du côté de Powassan avec une victoire de 3-2 et une défaite de 6-1.

De retour à domicile pour la partie numéro 5, les Jacks ont remporté une victoire convaincante de 7 à 3 devant leurs partisans. À

égalité 3 à 3 après deux périodes, les locaux voulaient à tout prix éviter l'élimination et se sont assurés de combler les 500 partisans présents en marquant pas moins de quatre buts sans riposte dans le dernier tiers.

Dimanche soir à Powassan, les Lumberjacks ont dû jouer du hockey de rattrapage pendant la majeure partie du match et les Voodoos ont finalement eu gain de cause.

Les locaux avaient pris les devants

sur un tir de pénalité dès le départ, mais Cameron Shephard (1) a ramené son équipe dans le match avant la fin du premier engagement. Les Voodoos ont repris les devants en début de deuxième avant que Tyler Patterson (3) nivèle la marque à nouveau avec moins de cinq minutes à faire en deuxième. Les Jacks ont toutefois joué mollement en fin de période en accordant deux échappées coup sur coup dans les derniers instants et accordant deux buts à

l'adversaire en l'espace d'une minute.

Mason Svarich (3) a redonné espoir aux siens en début de troisième, mais ce ne fût pas suffisant, les Voodoos ajoutant un but dans un filet désert avec 9 secondes à faire au match. L'heure sera au bilan dans les prochains jours. Malgré une saison régulière plus qu'acceptable, les séries éliminatoires auront sûrement été une déception aux yeux des partisans et de l'organisation.

11^e édition du tournoi de karaté organisé par le Nordik Wado Kai

Par Renée-Pier Fontaine

Après une pause de trois ans, c'était le grand retour du tournoi de karaté Nordik Wado Kai, du 31 mars au 2 avril, au gymnase de l'École secondaire catholique de Hearst. Plus de 135 personnes s'étaient inscrites, et ce, de partout en province. Il y avait même un sensei qui est venu de l'Alberta. C'était le deuxième événement de ce sport à Hearst, puisque la ville possède deux clubs distincts.

Le vendredi soir, une « clinique » était offerte à tous les intéressés, peu importe leur niveau ou leur âge. Il s'agit d'un atelier d'entraînement donné par des instructeurs invités pour l'occasion. Le samedi matin, des karatékas de tous les niveaux étaient réunis et les compétitions ont duré toute la journée. Les juges devaient évaluer les katas et les combats; celui ou celle avec le plus haut pointage remportait une médaille. Il y avait



Photo : Renée-Pier Fontaine

sur place de la nourriture et des rafraîchissements à vendre à la cafétéria, le tout géré et préparé par des membres du Nordik Wado Kai et des bénévoles. Les organisateurs sont très satisfaits de la participation pour la clinique ainsi que pour le tournoi.

Le dimanche, se tenaient les évaluations pour les karatékas de niveaux plus avancés, de la

devrait être amélioré dans leurs routines de katas et de combats quand viendra le temps de se faire évaluer.

Le comité qui s'occupe de l'évaluation compte parmi ses membres six des neuf personnes qui siègent au Sénat de la Fédération Shintani Wado Kai Karaté. Trois sont ceintures noires 9^e dan, ce qui est presque le plus haut niveau de ceinture noire possible. Une personne qui se retrouve au 9^e ou au 10^e dan (hanshi) est considérée comme un être ayant « tout reçu et qui peut donner à son tour, possédant un caractère et une moralité exceptionnels ». Miguel Breault de Hearst faisait partie de ceux qui allaient passer à la ceinture noire dans le groupe.

ceinture bleue à la ceinture noire, ce qui leur permettait de monter d'une couleur, ou bien d'un dan pour les senseis. C'est aussi pour les gens qui ne sont pas encore prêts à changer de grade, mais qui veulent des conseils sur ce qui

Résultat des médailles au tournoi Nordik Wado-Kai

Hunter Levesque	Or en kata
Skyla Richard	Argent en kata et kumite
Callie Richard	Argent en kata
Cédrik Levesque	Argent en kata
Caleb Levesque	Bronze en kata
Amélie Tousignant	Argent en kata
Néomie Levesque	Bronze en kata
Daniel Levesque	Argent en kata et kumite
Maxime Jacques	Or en kata et kumite
Camille Jacques	Or en kata et argent en kumite
Théo Fournier	Argent en kata
Miguel Breau	Argent en kata
Alice Pinto	Argent en kata
Yvon Lebel	Argent en shindo

LE FANATIQUE

RESTEZ INFORMÉS
DE L'ACTUALITÉ
SPORTIVE!

Tous les
mercredis
de 19 h à 21 h

Présenté par
GUY MORIN

BRIAN'S
DIVIDED & OPERATED BY
FOUR NEIGHBOURS

CINN911

TOURNOI 4 CONTRE 4

21-22-23 avril 2023

420\$ par équipe Prix totaux: 5005\$

38 équipes réparties en six catégories

Pour inscription et règlements, visitez

www.hasto.ca

Independent™

Your Independent Grocer

PRIX DE LA CIRCULAIRE EN VIGUEUR DU JEUDI 6 AVRIL AU MERCREDI 12 AVRIL 2023

89 ¢**
Prix de membre

1,69 \$
Prix non membre

Rabais
membre
80 ¢

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



2,99 \$**
Prix de membre

4,99 \$
Prix non membre

Rabais
membre
2 \$
Gros ananas
produit du Costa Rica
20119813001_EA



3,99 \$**
Prix de membre

11,99 \$
Prix non membre

Rabais
membre
8 \$

Papier hygiénique
Cashmere
8 = 16 rouleaux
ou mouchoirs Scotties
paquet de 6
variétés sélectionnées
21521746_EA/21204742_EA



2,50 \$**
Prix de membre

3,50 \$
Prix non membre

Rabais
membre
1 \$

Craquelins Ritz, Triscuit
ou Fins au blé Christie
variétés sélectionnées
180 g - 454 g
20666399_EA/21126698_EA



SOLDE
RABAIS 3 \$

4.99

Saucisses fumées Juicy
Jumbos Schneiders, bacon
Maple Leaf ou Schneiders
Variétés sélectionnées
20105611_EA/20732366_EA



À ACHETER
DU 6 AU 9 AVRIL

SOLDE
RABAIS DE 8,11 \$ LB

7.88
lb

Bifteck à griller ou rôti
format familial sans os
17,37 / 4
20798457_KG



RABAIS DE 98 ¢
QUAND VOUS EN ACHETEZ 2

7 \$/2

Croustilles format
familial Lay's
variétés sélectionnées
130-235 g
21241032_EA/21434278_EA



SOLDE
RABAIS 2 \$

4.99

Queues de homard
Surgelées
360 - 800 g
21194848_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

4.99

Crème glacée Premium,
yogourt glacé ou sorbet 2L
ou friandises glacées
Yukon, ou
Super Chapman's
variétés sélectionnées
20323573001_EA/20950270_EA



À ACHETER
DU 6 AU 9 AVRIL

RABAIS DE LA SEMAINE

10.99
lb

Filets de saumon de
l'Atlantique frais
Format familial 24,23 \$ / kg
20720065_KG



SOLDE
RABAIS 2,30 \$

6.99

Margarine Becel
variétés sélectionnées
637/850 g
20302507_EA/21021224_EA



20 \$
3 000 ¢

Plateau de tacos au
poulet, bœuf, crevettes,
gyro ou porc effiloché
975 g - 1,1 kg
21354582_EA/21460770_EA



SOLDE
RABAIS 1 \$

3.99

Yogourt Activia 650 g,
Two Good 4 x 95 g
ou classique
Liberté 650 g
variétés sélectionnées
20325132001_EA/20325132003_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

3.99

Concomres anglais
Délices du Marché
produit de l'Ontario
3 pièces
20828461001_EA



1,000 ¢

SOLDE
RABAIS 1 lb

1.99
lb

Très gros raisins verts
ou rouges sans pépins
PCMD produit d'Afrique du
Sud ou du Chili 4,39 \$ / kg
20159199001_KG/20425775001_KG



RABAIS DE LA SEMAINE

10.99

Mini-œufs PCMD
943 g
21496369_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

2.99

Légumes ou
Valley Selections
Géant Vert, 400-750 g,
légumes de qualité
supérieure PCMD 350-500 g
variétés sélectionnées surgelées
21022277_EA/21398244_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

4.49

Barres de fromage, 400 g
fromage râpé 300-320 g ou
contenants de sauce Black Diamond
300 ml ou fromage râpé PCMD 300-320 g
variétés sélectionnées
21278839_EA/21279221_EA



RABAIS DE 98 ¢
QUAND VOUS EN ACHETEZ 2

7

Pain ou petits pains
Wonder ou D'Italiano
variétés sélectionnées
20276296_EA/
20038335_EA/21450791_EA



SOLDE
RABAIS 3 \$

11.99

Café torréfié et
moulu PCMD
variétés sélectionnées
875/930 g
21393374_EA/21393573_EA



RABAIS DE 1,48 \$
QUAND VOUS EN ACHETEZ 2

2/4.50

Moins de 2
2,99 \$ chacun
Italpasta
variétés sélectionnées
900 g
20081342001_EA
/20081342011_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

10.99

Poêlée Sélecte, coupes Signature,
bouchées d'aiglefin, ailes
de poisson ou crevettes 425-600 g High
Liner ou plats cuisinés PCMD 600 g - 1,13 kg
variétés sélectionnées
20051295_EA/20845016_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

4.99

Lapin Gold Lindt ou
friandises de
Pâques Nestlé
variétés sélectionnées
50-100 g
20046002_EA/921336942_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

3.49

Jus Garden Cocktail,
Clamato Mott's ou mélange
à jus 100 % ou cocktail
Ocean Spray 1,89 L
variétés sélectionnées
2030006008_EA/20318955002_EA



RABAIS DE LA SEMAINE

10.99

Boissons gazeuses
Coca-Cola ou Pepsi
variétés sélectionnées
24x355 mL
20306687002_C24/20308197001_C24



SOLDE
RABAIS DE 2 \$

10.99

Boissons de substitut de repas Ensure,
6 x 237 ml Glucerna 6 x 237 ml ou Boost
Muscle Milk 4 x 330 ml
variétés sélectionnées
20308731001_C06/20986348_C06



RABAIS DE LA SEMAINE

22.99

Détergent Tide, Gain, Ivory Neige,
assouplissant textile Downy, Gain,
Bounce, perles ou feuilles Downy, Gain
variétés sélectionnées
21217949_EA/21367612_EA

