

DORIS ERMEL **PAGE 3** **CHOISIT DE DONNER**



RETOUR DU MIDGET HLK **LUMBERJACKS** **PAGE 22**




LECOURSMOTORSALES

LORSQUE LA
TEMPÉRATURE BAISSÉ
SOUS LES 7° CELSIUS,
C'EST LE TEMPS
D'INSTALLER VOS PNEUS
D'HIVER.



Récompenses FordPass
VOUS POUVEZ ACCUMULER JUSQU'À
45 000 POINTS FORDPASS

ACCROCHEZ-VOUS

Hearst 705 362-4011
Kapuskasing 705 335-8553

www.lecoursmotorsales.ca

Appelez-nous pour faire un rendez-vous ☺

Mattice-Val Côté veut le pouls de la population

Par Renée-Pier Fontaine

La Municipalité de Mattice-Val Côté a engagé la conseillère en planification stratégique Justine McIntyre de la firme Espace Stratégies pour débiter son plan stratégique. Lors d'une récente rencontre publique, plus d'une trentaine de résidents était présents.

Avant d'entamer le processus d'établissement d'un plan, il était important pour le conseil municipal et le maire de consulter les résidents afin de recueillir leurs idées. Les quatre axes que le comité consultatif souhaite définir sont : développement social, écologique, économique et culturel.

Un plan stratégique pour une municipalité, c'est de créer des objectifs réalistes, en prenant en considération les coûts, les



Photo : Renée-Pier Fontaine

emplacements et les acteurs qui seront impliqués. Mme McIntyre a demandé aux gens de se rendre aux quatre stations installées sur des tables et répondre aux questions qui étaient posées.

La première station concernait l'identité communautaire. Les gens devaient dire ce qui les définit

et de quoi ils sont fiers dans leur communauté. Ensuite, la vision de l'avenir : s'imaginer de quoi aurait l'air la municipalité dans dix ans. La troisième station était au sujet des étapes pour mettre en place cette vision, soit le projet qui aiderait le plus à son développement. Enfin, il y avait une station

libre pour recueillir toutes les idées qui n'entraient pas dans les cadres précédents.

Les élèves de l'École catholique St-François-Xavier ont aussi participé en dessinant ce qu'ils aimeraient voir dans l'avenir de leur village. Leurs idées étaient liées aux sports et loisirs, parce que depuis que l'aréna ne fait plus de patinoire, les activités pour enfants sont limitées.

Les membres du conseil, le maire et Justine McIntyre ont passé une journée complète à discuter pour donner suite à la consultation, afin de démarrer la création de leur plan stratégique.

Dans le but d'obtenir davantage d'idées et de commentaires de la population locale, un sondage en ligne est actuellement disponible.

Mattice-Val Côté en bref : chemin de fer, animaux domestiques et réfection de rue

Par Renée-Pier Fontaine

La Municipalité de Mattice a obtenu une mise à jour sur les travaux du chemin de fer d'Ontario Northland passant au-dessus du ruisseau. Le maire de Mattice-Val Côté explique que la compagnie planifie depuis plusieurs années de refaire le pont qui passe au-dessus du ruisseau Five Mile Creek. « Des ponceaux (calvettes) avaient été apportés sur le site, mais le travail n'a jamais été effectué. On peut voir des fissures dans le béton, alors on était inquiets et on a donc questionné l'ONR à ce sujet », explique M. Dupuis.

La compagnie a répliqué par une inspection en 2021 et a mentionné qu'il n'y avait pas d'inquiétude à avoir au niveau de la structure. À ce moment, des travaux pour réparer les murs de béton étaient à l'agenda.

Par la suite, concernant des travaux à être effectués sur le pont



Photo : matticevalcote.ca

de la rivière Missinaibi, la Municipalité a également contacté l'ONR. Ceux-ci ont répondu que les travaux critiques du pont ont été effectués et que ceux pour le remplacement des piliers de béton iront selon le plan établi : le début des travaux est prévu pour 2028 et se poursuivra pendant cinq ans.

Animaux domestiques

La nouvelle version du règlement municipal sur les animaux

domestiques, révisée par la direction de la Municipalité au cours des derniers mois, n'a pas encore été adoptée par le conseil.

« Le plus gros changement prévu serait les frais annuels. Présentement, les gens doivent renouveler la licence de leur chien ou de leur chat chaque année. Dorénavant, ils vont payer une seule fois, pour la durée de vie de leur animal domestique », dit Marc Dupuis.

N'ayant pas assez d'effectifs et de ressources disponibles, la question de la fourrière sera enlevée. Les chiens en liberté ne sont pas un problème dans cette communauté,

souligne le maire.

Réparation de rue

La construction du *splashpad*, le parc aquatique inauguré au début de la saison estivale, a entraîné la réparation de la 2e Rue à Mattice. En effet, lors de l'installation du parc de jeux aquatiques à Mattice, des parties d'asphalte de la 2e Rue ont été enlevées. Ce sont donc des travaux pour la refaire qui ont été approuvés par le conseil municipal à sa dernière réunion. Les coûts sont estimés à 8770 \$.

Tourisme

Le conseil municipal souhaite installer un panneau de signalisation qui indiquerait où se trouvent les attraits touristiques et les bâtiments importants de la communauté. « La vision du conseil, c'est d'avoir un élément décoratif pour le trafic piétonnier. On ne veut pas installer des pancartes bleues avec des dessins sur le bord de la route. On veut quelque chose de beau qui met en valeur certains éléments en particulier (ex. : la rivière, le parc d'eau, etc.) », indique M. Dupuis.

AULAC
CONSTRUCTION

- Construction résidentielle et commerciale
- Renovations
- Contracteur général
- Fondations
- Toitures

POUR NOUS CONTACTER :
(705) 373-2733 | (705) 372-5444
constructionaulac@gmail.com

AULAC Construction Inc.

Electrical Power
SOLUTIONS

GENERAC®
AUTHORIZED DEALER

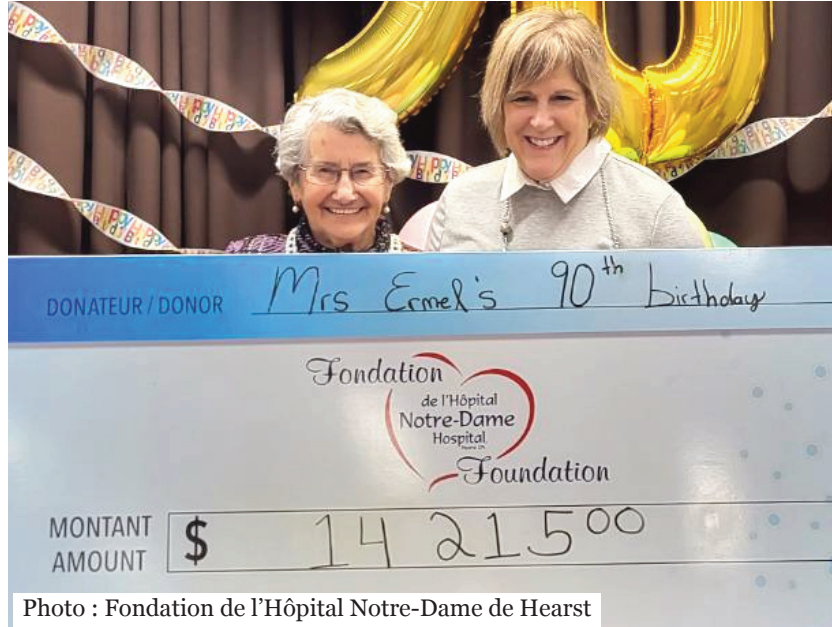
SALES | SERVICE | INSTALLATION

Stéphane NÉRON
Electrical contractor
705 362-4014
ElectricalPowerSolutions@outlook.com
RESIDENTIAL | COMMERCIAL | INDUSTRIAL

Doris Ermel remet 14 215 \$ à la Fondation de l'Hôpital pour ses 90 ans

Par Renée-Pier Fontaine

Avec l'aide de la directrice de la Fondation de l'Hôpital Notre-Dame, Francine Laberge, Doris Ermel a pris l'initiative de créer des cartes des dons à son effigie pour demander à sa famille et ses amies de l'aide à atteindre son objectif de 5800 \$ envers l'achat d'un moniteur de signes vitaux. Plus de 125 cartes ont été envoyées et 103 personnes ont répondu à l'appel. Grâce à ces dons, deux moniteurs seront achetés et le surplus, elle a choisi de le donner pour acheter un nouveau matelas. C'est la troisième fois que Mme Ermel entreprend d'amasser des dons pour la Fondation de l'Hôpital Notre-Dame de Hearst. La première fois, pour souligner son 60^e anniversaire de mariage, elle a versé 3000 \$ afin d'aménager une chambre de soins palliatifs. Ensuite, lors de son 80^e anniversaire de naissance,



c'est 5000 \$ qui ont été remis au projet de CT scan. Cette année, les personnes qui l'entourent ont dépassé ses attentes en offrant 14 215 \$ en dons.

Mme Ermel entreprend toutes ces démarches pour la Fondation parce qu'elle avoue ne pas vouloir de cadeaux pour ses anniversaires, elle préfère redonner pour aider sa

communauté. Elle choisit parmi tous les articles sur la liste des besoins de l'hôpital celui qui serait plus susceptible d'être utile un jour pour elle et son entourage. Mme Laberge s'est occupée de la création des cartes et les a remises à Doris Ermel, qui les a ensuite postées une par une aux destinataires.

Mme Ermel vit encore dans sa maison, conduit sa voiture, est pleine d'énergie; elle ne reflète pas ses 90 ans. Elle aime envoyer des lettres manuscrites aux membres de sa famille et s'occupe les idées en faisant des mots croisés, pour garder une bonne mémoire, confie-t-elle. Elle est toujours active au sein des Auxiliaires de la Légion de Hearst et fera encore cette année sa traditionnelle croustade aux pommes pour le jour du Souvenir, le 11 novembre.

La Ville de Hearst tranche à propos du service 911 local

Par Renée-Pier Fontaine

Le Conseil de la radiodiffusion et de la télévision canadienne (CRTC) avait annoncé en 2017 que tous les réseaux du pays devaient se doter d'un système de 911 nouvelle génération puisque les avancées technologiques le permettent. À compter de mars 2025, les centres d'appels de la sécurité publique ayant toujours le vieux système E9-1-1 ne seront plus en mesure de l'utiliser. Ils devront être remplacés par le nouveau système NG9-1-1.

À Hearst, CommunicAction est le centre d'appel responsable du 911 local. Afin d'être en règle avant la date butoir de 2025, la Municipalité a étudié trois options. Premièrement, il serait possible d'acheter l'équipement nécessaire pour continuer d'offrir le contrat de service localement avec le



sous-traitant CommunicAction. En choisissant cette option, la Ville de Hearst serait entièrement responsable des coûts liés aux opérations et au service qui s'élèveraient à 943 396 \$ sur cinq ans. Si elle choisissait la deuxième option, la Ville pourrait prendre des arrangements et s'engager à travailler avec un centre d'appels à la sécurité publique qui a déjà complété la transition vers le nouveau système NG9-1-1. Avec cette option, le

centre d'appels serait responsable des coûts reliés à l'achat et l'entretien de l'équipement, mais le service serait hébergé et exploité à distance par CommunicAction. Le coût sur cinq ans pour la Ville serait de 1 007 326 \$.

Finalement, le conseil municipal a retenu l'option la moins onéreuse. Ainsi, la Ville renoncerait à la plateforme existante d'appels d'urgence et engagerait un tiers parti du secteur privé pour gérer les appels

du 911. Les coûts sur cinq ans sont évalués à 617 000 \$ ou moins, puisque le contrat avec CommunicAction sera renégocié à la baisse. L'entreprise locale répondra tout de même aux appels concernant les incendies, les appels après les heures de travail aux différents départements de la Ville, le système Lifeline et la surveillance des systèmes d'alarme.

La dernière option a été recommandée, puisque les coûts et les responsabilités sont moindres. Le taux de base de ce service est estimé à 0,04 \$ par résident, par mois. Les élus ont adopté une résolution autorisant les employés à prendre en charge la demande d'appels d'offres pour l'embauche d'un centre d'appels de la sécurité publique qui offre les services du 9-1-1 avec soutien.

Hearst Connect

LA CORPORATION HEARST CONNECT

C.P. 5000 — 523 route 11 Est,
Hearst, ON P0L 1N0

705 372-2848

hearstconnect.com

admin@hearstconnect.com

Leçons à tirer de la Louisiane pour la francophonie

Sans loi, ni plan d'action, ni commissariat, ni structure de financement public en matière de langues officielles, la Louisiane française est bien vivante. À preuve, le lancement du journal *Le Louisianais*, le 3 octobre dernier, un média numérique créé par et pour les Franco-Louisianais. Un exemple parmi tant d'autres du dynamisme de cette communauté. Au début d'octobre, j'ai eu l'occasion de me rendre en Louisiane pour aider la jeune équipe du *Louisianais* à lancer son média numérique francophone. Les membres de l'équipe du journal se donnent le mandat d'écrire en français louisianais – et ils y tiennent – pour assurer la pérennité de leur langue et de leur culture.

Ils vont même plus loin en faisant paraître certains articles en créole louisianais. L'article *Ki çé Kouri-Vini?* est le premier texte publié entièrement dans cette langue sur le site du journal.

L'article s'amorce ainsi : « Ent 1791 é 1815, dê mil zimmigran ki sòr ansyin kolonni-la de Sin-Doming, ça yé pèl Ayiti ojòddi, té rivé endan Lalwizyàn. » Vous comme moi, en lisant à voix haute, pouvons comprendre qu'entre 1791 et 1815, deux-mille immigrants de l'ancienne colonie de Saint-Domingue, qui s'appelle Haïti aujourd'hui, sont arrivés en Louisiane.

Choisir de publier en français et créole louisianais est un geste d'affirmation clairement indiqué dans la mission du journal :

« Le français louisianais est un dialecte régional du français, porteur d'une culture forte et rassembleuse, mais aussi immergé dans une mer anglophone qui menace sa survie. [...] Le *Louisianais* met également en valeur le créole louisianais, une de nos langues patrimoniales, en couvrant des histoires sur la communauté créolophone ou en rédigeant des articles en créole louisianais. »

Symbole d'une résistance

La réalisation de ce projet montre la résilience, ou plutôt la résistance, du peuple cajun au cours du dernier siècle.

En 1812, lors de son annexion aux États-Unis, la Louisiane était le seul État américain où l'anglais n'était pas la langue de la majorité. Le français est même demeuré langue majoritaire jusqu'en 1940.

Mais, en 1921, la nouvelle constitution de la Louisiane stipulait que l'anglais devenait la seule langue d'usage enseignée à l'école publique, interdisant ainsi l'enseignement du français, du créole et des langues autochtones. C'était le début d'une lente assimilation.

Cent ans plus tard, malgré ces tentatives d'assimilation, la Louisiane compte environ 200 000 personnes qui parlent le français ou le créole. Aujourd'hui, les Franco-Louisianais ont leur journal, mais ils ont aussi leur chaîne de télévision, *Télé-Louisiane*, et ils ont accès à des programmes en français à l'Université de la Louisiane.

Cent ans plus tard, des parents font des pieds et des mains pour fonder des écoles d'immersion française où l'on y enseigne le français de Louisiane. Aujourd'hui, il y aurait 5 000 enfants qui apprennent la langue de leurs ancêtres.

Tout ça existe parce que des gens ont le désir profond de pouvoir vivre dans leur langue et leur culture et parce qu'ils se donnent les moyens de le faire.

Parler français sans s'excuser

Au-delà des institutions officielles, le français se vit aussi en communauté et sans jugement.

Pendant mon court séjour à Lafayette, j'ai rencontré des gens natifs de la région qui renouent avec la langue de leurs parents ou de leurs grands-parents. Au cours de ces conversations, personne ne s'est excusé de ne pas parler « un français sans faute ».

Ils ont cette fierté de pouvoir parler une langue qui trouve racine dans leur histoire, dans leur identité. Ils sont conscients qu'elle a évolué dans une direction bien à elle, qu'elle est différente du français normatif. Mais qu'importe, ils vont de l'avant et parlent français, point final.

On est loin du « sorry, my French is not good enough » qui s'entend trop souvent au Canada.

L'identité franco-louisianaise ne passe pas que par la langue. En fait, savoir s'exprimer en français n'est même pas un prérequis. L'identité s'exprime par la culture, la musique et la cuisine; elle passe par la danse, le zydeco et le gombo. C'est là la recette secrète pour gagner le cœur des gens.

Contrairement à ce que nous vivons ici, le français de la Louisiane n'est pas politisé. Il ne divise pas. La langue et la culture se vivent par choix et surtout avec plaisir.

Nous devons nous inspirer de cette fierté et ignorer le jugement d'autrui, cesser de nous empêcher de reconnecter avec qui nous sommes, et nous exprimer sans nous excuser.

Mélanie Tremblay

rédactrice en chef – Francopresse

SOURIRE DE LA SEMAINE



Équipe

Steve Mc Innis

Directeur général et éditeur

smcinnis@hearstmedias.ca

Pierre Floréa

Journaliste

Renée-Pier Fontaine

Journaliste

fpfontaine@hearstmedias.ca

Maurice Lepage

Graphiste

pub@hearstmedias.ca

Karine Vallée

Réception et distribution

info@hearstmedias.ca

Francine Lacroix

Employée de soutien

flacroix@hearstmedias.ca

Anouck Guay

Webmestre

web@hearstmedias.ca

Daniella Musangu

Webmestre adjointe

dmusangu@hearstmedias.ca

Guy Morin

Collaborateur

Manon Longval

Ventes

vente@hearstmedias.ca

Sylvie Turgeon

Ventes

sylvieturgeon@hearstmedias.ca

Claire Forcier

Révisseuse bénévole

Claudine Locqueville

Jocelyne Hébert

Chroniqueuses

Serge Morissette

Gilles Péloquin

Marc Bédard

Chroniqueurs

Site Web

lejournallenord.com

Facebook

CINN à Hearst

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 servant à 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



Pensionnats autochtones : le Sénat attend toujours des documents

Par Chantallya Louis – Francopresse

Le Centre national pour la vérité et la réconciliation (CNVR) attend toujours la transmission de documents concernant les enfants des pensionnats qui ne sont jamais rentrés à la maison. En cause, selon les organismes concernés : les délais de traitement, les lois sur la vie privée et le manque de financement.

Dans un rapport provisoire publié en juillet, le Comité sénatorial permanent des peuples autochtones recommandait aux organismes gouvernementaux et entités qui ne l'auraient pas encore fait de transférer rapidement les documents liés aux pensionnats pour Autochtones au Centre national pour la vérité et la réconciliation (CNVR). Comme prévu dans le rapport, le Comité a tenu des audiences au début de l'automne pour demander des comptes aux entités qui n'avaient toujours pas remis les pièces demandées.

Les sénateurs impatients

Le président du Comité, le sénateur Brian Francis, membre de la Première Nation de Lennox Island, située dans l'Île-du-Prince-Édouard, est lui-même un ancien élève de « l'externat indien » de Lennox. « Les Autochtones font face à de nombreux obstacles pour accéder aux dossiers liés aux écoles résidentielles et les institutions qui y sont associées, explique-t-il en entrevue avec Francopresse. Ça comprend les statistiques de base, les coroners, les rapports médicaux. [...] Plusieurs de ces

dossiers ont été détruits par les gouvernements et l'Église. » Pour lui, ces documents sont essentiels dans le chemin de vérité et de réconciliation. « Sans la vérité, il n'y a pas de justice et il ne peut y avoir de réconciliation », a-t-il déclaré.

« Tous les Canadiens devraient se demander, comme le Sénat est en train de le faire aujourd'hui, pour quelle raison des organisations auxquelles la vie des enfants autochtones a été confiée refusent maintenant de faire le nécessaire », a de son côté lancé le vice-président du Comité, David M. Arnot, lors de la séance du 19 septembre.

« Les gens ne vivent qu'un certain temps, a renchéri le sénateur Scott Tannas, également membre du Comité. Il y a beaucoup de gens qui cherchent des réponses. »

Délai de traitement des documents Selon la sous-ministre à Bibliothèque et Archives Canada (BAC), Jasmine Bouchard, les délais que présente l'organisme sont principalement liés aux grands nombres de parties prenantes qui sont assises autour de la table.

L'institution gouvernementale possède jusqu'à présent six millions de pages de documents liés aux externats pour Autochtones.

« Évidemment, notre intention, c'est de transférer partager les copies le plus possible avec le CNVR... Il y a beaucoup de gens autour de la table [les autres départements fédéraux, le centre, les survivants, etc.]. Il y a beaucoup

de gens qui doivent s'entendre à ce qui doit être fait, comment ça doit être fait. »

Bibliothèque et Archives Canada a reçu 25 millions de dollars pour traiter ces documents. Cependant, Jasmine Bouchard estime que le traitement nécessite deux années supplémentaires.

Avec une soixantaine d'employés sur ce dossier, il y a plusieurs étapes à suivre, précise Jasmine Bouchard. Par exemple : le repérage, la fouille, la numérisation, le traitement des métadonnées et la révision pour tenir compte de la vie privée.

Les lois sur la protection de la vie privée

« Il y a beaucoup d'informations sur les élèves qui ont été dans ces établissements-là qui ne peuvent pas être partagés facilement parce que ça va à l'encontre des lois sur l'accès à la vie privée, souligne Jasmine Bouchard. Ça, c'est la partie de notre travail qui demande plus de temps, souvent. »

Au Canada, deux lois ont pour but de protéger la vie privée : la Loi sur la protection des renseignements personnels, qui s'applique au secteur public, et la Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents

électroniques, qui concerne au secteur privé, peut-on lire sur le site de la Bibliothèque du Parlement.

Le directeur général de l'entreprise Know History, Ryan Shackleton, et le chercheur Edward G. Sadowski ont aussi déclaré être dans la même situation.

Ryan Shackleton a soutenu qu'il détient des accès à tous les dossiers des ministères. Toutefois, les documents sont largement caviardés. « Ce sont des documents qui peuvent nous aider à retracer des lieux de sépulture, mais ils sont en grande partie inaccessibles », a-t-il déclaré devant les membres du Comité.

Selon lui, pour accéder aux informations complètes, il faudrait faire signer par chaque personne un document qui permettrait de retracer et de communiquer les informations en question. « Mais nous ne pouvons même pas voir les informations qui nous indiqueraient quelles sont les personnes qui devraient signer les documents », assure le directeur général.

Pour sa part, Edward G. Sadowski va plus loin. « Les droits de propriété intellectuelle autochtones n'ont été cédés au titre d'aucun traité », a-t-il lancé.

« Non, on ne recule pas sur C-18 »

Par Chantallya Louis – Francopresse

La ministre du Patrimoine canadien, Pascale St-Onge, a été claire : « Il n'est pas question de reculer sur C-18, parce qu'il y a 500 médias qui ont fermé au travers le Canada », a-t-elle lancé mercredi matin. L'entrée en vigueur de la Loi est donc toujours prévue le 19 décembre.

« On est encore à l'étape d'analyser les commentaires que Google a faits et de chercher la voie de passage pour répondre aux interrogations de Google », a expliqué Pascale St-Onge.

Alors que Patrimoine canadien travaille sur la version finale de la réglementation, le géant du numérique demande plus de clarifications entourant le processus d'exemption. « Nous pensons, comme d'autres, qu'il existe des approches constructives pour élaborer un régime qui soutienne une industrie canadienne de l'information diversifiée, indépendante et durable »,

peut-on lire dans la soumission de Google Canada.

Depuis plusieurs mois, le géant du Web dit plutôt favoriser le concept d'un fonds comme celui du Fonds des médias du Canada « auquel Google contribuerait, mais ne gouvernerait pas », a déclaré le président des affaires mondiales et directeur juridique, Kent Walker lors de son témoignage au Comité permanent du Patrimoine canadien le 20 avril dernier.

« Ce fonds serait distribué selon des critères clairs, régis par un conseil d'experts indépendants, conformément à l'approche déjà adoptée par le Canada par le biais de son crédit d'impôt pour la main-d'œuvre journalistique », écrit dans le discours de Kent Walker.

Pour sa part, Pascale St-Onge a assuré travailler pour éclaircir le processus d'arbitrage souhaité par Google Canada.

Préparez-vous pour l'hiver chez Lebel Chainsaw

Passez voir notre sélection d'habits de neige, d'accessoires et de bottes d'hiver en magasin pour toute la famille



LEBEL
CHAINS.AW.CA

Fête
Communautaire

La fibromyalgie, une maladie méconnue

Par Renée-Pier Fontaine

La fibromyalgie est une maladie chronique, qui affecte la vie de ceux qui en souffrent, caractérisée par des douleurs persistantes et une sensibilité à la pression. Elle prend toute sorte de formes et affecte chaque individu de manière différente. L'Association de la fibromyalgie du Canada organise des semaines de sensibilisation à la maladie et aux groupes de soutien pour les gens qui vivent avec la maladie. Ainsi, la semaine du 23 octobre est consacrée à la sensibilisation aux groupes de soutien à travers le pays.

Ninon Fontaine a reçu ce diagnostic en 2014 alors qu'elle était enseignante au primaire. Graduellement, ses symptômes l'ont empêchée de remplir ses fonctions professionnelles. Elle a même dû interrompre sa carrière pendant plusieurs années, épuisée et en douleur de plus en plus fréquemment.

Pendant son congé maladie, elle a participé à des ateliers de gestion de la douleur et a eu recours aux services d'un psychologue à Thunder Bay. Elle a aussi joint le groupe de gestion de la douleur à Hearst. Les patients de la région peuvent faire demande à l'Équipe de santé familiale pour participer aux ateliers de gestion de la douleur; c'est le groupe de soutien principal pour les personnes qui souffrent de cette maladie. « Il est difficile d'expliquer mes symptômes aux autres, puisque moi-même je peux

avoir de la difficulté à expliquer ce que je ressens. Mes douleurs sont souvent aux jambes, jusqu'aux muscles fessiers. Le mal est comme si ma peau voulait s'étirer. Parfois, j'ai l'impression que les gens ne me croient pas, la majorité oui, mais j'ai eu des sceptiques même dans mon entourage au début. J'ai déjà eu des douleurs au thorax qui accompagnaient mon mal de jambes, mais ça fait plusieurs années maintenant que je n'ai pas eu de crises à ce niveau-là », explique-t-elle.

Vivre avec la maladie représente un défi pour Ninon : changement d'habitudes, surveiller l'intensité dans les activités, limiter la pratique de sports qu'elle aimait tant, créer une routine de sommeil adéquate, etc. La fatigue et le stress étant deux de ses déclencheurs de crises, elle reste toujours vigilante. « Quand je suis en crise, je ne fais rien, j'ai trop mal aux jambes. Je me repose et c'est tout. Parfois, quand je vis des événements stressants, je n'ai pas de crises, mais la plupart du temps, c'est relié, le stress et une crise », ajoute-t-elle.

Quant aux traitements, ils sont nombreux, mais certains médicaments peuvent fonctionner sur une personne et non sur une autre. Il est aussi primordial de bien dormir, donc parfois, en plus de la médication pour la douleur s'ajoute celle pour le sommeil. « J'ai pris quatre ans de congé.

Quand j'ai arrêté, j'étais vraiment au bout du rouleau. J'avais manqué beaucoup de travail en raison de ma maladie, j'avais pris des congés de plusieurs semaines. Cette année-là, mes symptômes s'étaient intensifiés et mon congé a duré plus longtemps que prévu. Je me suis reposée, mes crises étaient moins fréquentes, mais j'en avais quand même », explique Ninon.

Mme Fontaine est membre de certaines communautés Facebook, ce qui l'encourage à voir sa situation d'un meilleur œil. « Il y en a qui sont pires que moi, d'autres ont moins de symptômes, les gens donnent des conseils sur quoi faire et quoi éviter. C'est sûr que pour moi, les leçons je les apprends à la longue, au fur et à mesure. La chose primordiale à éviter est les situations de grand stress pour moi », explique-t-elle.

Maintenant retraitée, Ninon Fontaine peut mieux contrôler son environnement. Toutefois il lui arrive encore de manquer des événements importants à cause d'une crise.

Elle affirme que les activités de plein air, au volant de sa motocyclette ou de sa motoneige, l'ont beaucoup aidée. Ces moments lui permettent de faire de la pleine conscience, ne penser à rien et profiter de la nature. Plusieurs, comme elle, utilisent la nature pour changer leur mal de place.

Selon Statistique Canada, 2 % de la population canadienne âgée de 25 ans et plus souffrirait de la fibromyalgie, soit près de 708 800 personnes. Chez les 65 ans et plus, 2,9 % en seraient touchés, soit 185 400 personnes. Les femmes représentent 4,7 % (161 900) et les hommes, 0,8 % (23 600).

500 millions \$ pour les villes du Nord

Par Renée-Pier Fontaine

L'Ontario a débloqué des fonds pour le soutien des municipalités rurales et de petites tailles du Nord. L'octroi annoncé est de 500 millions de dollars seulement pour l'année 2024. Le financement, qui est inconditionnel, sera réparti entre 390 municipalités à l'échelle de la province, avec pour but d'appuyer les priorités locales et de répondre aux besoins particuliers de chaque collectivité.

Ce nouvel argent sera distribué par l'entremise du Fonds de partenariat avec les municipalités de l'Ontario (FPMO), qui est un volet du soutien global que l'Ontario apporte aux municipalités. Aussi, la province indique avoir doublé le montant prévu à cet effet.

Elle dit également avoir doublé le montant du Fonds ontarien pour l'infrastructure communautaire

(FOIC). Et depuis 2021, le gouvernement a lancé de nouvelles aides telles que le Fonds de soutien à l'exploitation des richesses naturelles dans le Nord de l'Ontario (SERNO) et le Fonds pour l'accélération de la construction, soit un programme qu'il estime à 1,2 milliard de dollars visant à soutenir la croissance des collectivités dans toute la province, notamment les collectivités rurales, du Nord et de petite taille. La province vient d'annoncer qu'elle rétablira, en 2024, le financement de base annuel destiné aux bureaux de santé publique.

De plus, le programme du Fonds SERNO prévoit l'octroi de 15 millions de dollars par an, sur cinq ans, aux municipalités du Nord pour appuyer des projets d'infrastructures.

HALLOWEEN
À L'ARÉNA DE MATTICE-VAL CÔTÉ
SAMEDI 28 OCTOBRE 2023

ENFANTS - 5 \$
13 h à 15 h - Maison hantée légère
14 h à 16 h - Film, jeux et activités

ADULTES
10 \$ À L'AVANCE, 15 \$ À LA PORTE
19 h à 22 h - Maison hantée
21 h à 2 h - Danse costumée 19+ avec DJ Suzy-Q

ADOS - 8 \$
19 h à 21 h - Fear Factor
19 h à 22 h - Maison hantée

ZOMBIE LAND

Procurez-vous des billets !
À Mattice : Ti-Bob Gaz+ et Jack's Corner Store
À Hearst : Dépanneur Bourdages et Hearst Theatre
Info : Caroline Malenfant au 705 372-3201

À votre santé

Avec Marcel Marcotte

De *Vieillir chez soi*
Aging at Home

Lundi
de midi à 13 h

La présidente du Club Rotary présente les deux étudiants de l'échange

Par Renée-Pier Fontaine

La présidente 2023-24 du Club Rotary, Carole Lambert, avait organisé une soirée amicale avec ses comparses afin de présenter et mieux connaître les deux étudiants de l'étranger qui sont de passage à Hearst jusqu'à l'été prochain dans le cadre des échanges étudiants du Club Rotary International.

Une cinquantaine de personnes se sont procuré un billet pour déguster les créations culinaires du chef Miguel Bolduc inspirées par la cuisine brésilienne pour souligner le passage de Béatriz, et la cuisine suisse qui évoque les origines de Marvin.

Chaque année, le souper est organisé non pas pour amasser des fonds, mais bien pour socialiser et pour faire participer les gens de la



Béatriz

communauté.

Mme Lambert en est à son deuxième mandat à titre de présidente. C'est elle qui s'occupe du bon fonctionnement du conseil d'administration et qui s'assure de



Marvin

la réussite des objectifs annuels du Club Rotary International. « Cette année, nos objectifs c'était beaucoup la sensibilisation au niveau de la santé mentale, s'assurer que les gens sont capables d'accéder

aux services de santé mentale », explique-t-elle.

Béatriz se débrouille déjà très bien en français alors qu'elle a comme langue maternelle le portugais. Pour Marvin, il est plus timide quand vient le temps de parler la langue de Molière. Le français est l'une des langues officielles de la Suisse, mais dans la région où il vit, c'est plutôt l'allemand la langue première.

Les étudiants restent ici un an et les gens de la communauté les invitent à toutes sortes d'activités canadiennes, comme on peut le voir sur la page Facebook Programme d'échanges étudiants-ROTARY de Hearst Youth Exchange Program.



Photos : Renée-Pier Fontaine et Carole Lambert



Le Salon vieillir en santé remplit ses objectifs à Hearst

Par Renée-Pier Fontaine

Le Salon vieillir en santé s'est déroulé au Club Action de Hearst, pour la première fois depuis la COVID-19. Sur place, plusieurs organismes étaient disponibles pour renseigner les gens à propos de divers sujets. Les personnes de 65 ans et plus pouvaient aussi se faire vacciner contre le virus de la grippe. Lacroix Bus Service offrait des tours gratuits aux personnes qui voulaient s'y rendre.

Parmi les exposants, il y avait la Société d'Alzheimer du Canada, les Services sociaux du district de Cochrane, le Centre d'éducation sur le diabète, l'Équipe de santé familiale Nordaski, Vieillir chez soi, le Service de Counselling de Hearst, la Croix-Rouge, les pompiers volontaires, le Service de Toxicomanie Cochrane Nord, l'Agence de revenu du Canada, le comité d'accessibilité de la Ville

de Hearst, la Pharmacie Novena et un kiosque de vente de décorations du Club Action Hearst.

Les participants ont été en mesure de mieux connaître les services offerts dans la région en plus de pouvoir poser leurs questions. Cet exercice permet aussi aux

organismes de déterminer les besoins particuliers de cette part de la population.

Le Bureau de santé Porcupine s'occupait de la vaccination : environ 72 personnes se sont déplacées pour recevoir le vaccin contre la grippe.



Photo : Renée-Pier Fontaine



896, promenade Riverside
Timmins, ON P4N 3W2

DEMANDE D'INTÉRÊT PUBLIC / PUBLIC INTEREST REQUEST
Conseil entier / Across the 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.

Langis H. Dion
Président du Conseil

Sylvie Petroski
Directrice de l'éducation

L'Ontario offre une aide supplémentaire pour payer les factures d'électricité

Par Renée-Pier Fontaine

Le gouvernement de l'Ontario abaisse les coûts de l'électricité pour les familles et les petites entreprises en augmentant la remise de l'Ontario pour l'électricité (ROE) de 11,7 % à 19,3 %. Selon le communiqué de presse, cette politique réduit la facture d'électricité d'un ménage typique de 26 \$ par mois ou 312 \$ par an. En octobre de chaque année, le gouvernement ajuste son programme l'Ontario pour l'électricité afin de protéger les consommateurs contre la variabilité annuelle normale des coûts d'énergie. Le gouvernement estime que passer de 11,7 % à 19,3 % de remise fait en sorte que les factures d'électricité restent abordables et prévisibles.

Le nouveau pourcentage entrera en vigueur le 1^{er} novembre prochain.

POAFE

Cette année, la province a indiqué un investissement supplémentaire de 50 millions de dollars dans le Programme ontarien d'aide relative aux frais d'électricité (POAFE) pour les familles à faible revenu. Cette somme additionnelle permettra d'augmenter les seuils de revenus admissibles au programme jusqu'à 35 %. Donc, un ménage de quatre personnes, qui a droit à une aide financière supplémentaire de 40 \$ par mois, devrait voir le seuil de revenu maximal admissible passer de 48 000 \$ à 65 000 \$ par an après impôts. « En plus d'augmenter le soutien du

revenu de près de 12 % sur 12 mois pour les personnes handicapées dans le Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées, nous continuons de réduire le coût des produits essentiels pour les familles à faible revenu grâce à des programmes comme le POAFE », a affirmé Michael Parsa, ministre des Services à l'enfance et des Services sociaux et communautaires.

La Commission de l'énergie de l'Ontario (CEO), qui gère le POAFE, introduira l'augmentation des seuils de revenu dans ce programme le 1^{er} mars 2024.

Les ménages admissibles au POAFE peuvent recevoir des crédits allant de 35 \$ à 75 \$

dans le cadre du programme, selon la taille du ménage. Des crédits mensuels plus élevés, allant de 52 \$ à 113 \$, sont offerts aux clients autochtones ou vivant avec des membres autochtones de leur famille, aux clients qui utilisent le chauffage électrique et aux clients qui utilisent certains appareils médicaux à forte consommation d'électricité.



La 11 en bref : CASSDC, monuments et logements

Par Renée-Pier Fontaine

La santé financière du Conseil d'administration des services sociaux du district de Cochrane s'améliore. La dette du CASSDC a été réduite de 150 455 \$, passant à 11 357 288 \$ pour l'année 2022. La contribution de la Ville de Hearst était de 958 654 \$ et à la suite des résultats des états financiers du CASSDC pour

l'année 2022, un remboursement de 52 167 \$ a été remis à la Ville. Considérant que l'estimation au budget de 2023 pour sa contribution annuelle avait été surestimée, ce montant permettra de combler le manque à gagner annuel.

Monuments commémoratifs

Le Conseil d'administration des

services sociaux du district de Cochrane (CASSDC) a demandé aux municipalités de mettre en place une politique à l'égard des monuments commémoratifs au bord des routes, souvent installés aux endroits où un accident mortel a eu lieu. « Selon le CASSDC, ces monuments sont parfois des déclencheurs pour les employés qui effectuent les premières interventions, notamment les policiers, les ambulanciers et les pompiers. Ceux-ci éprouvent déjà certaines difficultés en matière de santé mentale, ayant vu des choses troublantes dans le cadre de leur travail », dit le maire de Mattice-Val Côté qui siège à cette table.

La politique servirait à établir des règlements pour aider les intervenants de première ligne, par exemple que le monument soit en place durant un temps limité, etc. « Nous n'avons pas encore développé une politique. Nous allons travailler en collaboration avec les municipalités voisines sur le sujet. »

Logement

Le comité d'aménagement choisit cinq recommandations qui seront les plus utiles pour la création de logements. Le Groupe d'étude sur le logement abordable a produit, en février 2022, son rapport final comportant plusieurs recommandations dans le but de contrer la crise du logement et d'atteindre l'objectif de construire 1,5 million d'habitations d'ici 2031.

En septembre 2023, le ministre des Affaires municipales et du Logement, Paul Caladra, a demandé aux municipalités de choisir parmi les recommandations les cinq qui

devraient être priorisées. Le comité d'aménagement a donc choisi les suivantes :

1. autoriser dès maintenant les appartements secondaires, les pavillons-jardins et les maisons ruelles dans toute la province ;
2. remise de l'évaluation foncière au taux du marché de la SÉFM sur les maisons abordables inférieures au marché ;
3. financement de projets pilotes qui créent des parcours innovants vers l'accession à la propriété, pour les Noirs, les Autochtones et les personnes marginalisées ainsi que pour les premières générations de propriétaires de maison ;
4. faire un rapport municipal et provincial chaque année, sur tout écart entre la demande et l'offre par type de logement et par emplacement, et rendre les données sous-jacentes librement accessibles au public ;
5. appeler le gouvernement fédéral à fournir un financement équitable et abordable pour le logement en Ontario.

À ce propos, la Municipalité de Mattice-Val Côté a fait un choix. « Les recommandations que nous avons retenues sont : du logement en milieu rural, dans le Nord et pour les Autochtones ; offrir des garanties de prêts pour les projets de logements de location ; promouvoir les différents métiers ; établir des règlements de zonage uniformes à l'égard de certains items ; et prendre des mesures pour faire bouger les projets qui ont reçu des approbations, mais qui tardent à démarrer », indique le maire, Marc Dupuis.



Pour vos finances en ligne,
c'est maintenant

Allia



**Commencez à utiliser votre nouvelle
carte de débit Mastercard dès
maintenant (avec votre nouveau NIP)!**

Une minimaison pour la vie

Par Charles Fontaine - IJL – Réseau.Presse – Le Droit

Faire le saut dans une maison 10 fois plus petite que la sienne représente un gros changement. Aaron Markel a néanmoins confiance en l'avenir des minimaisons. Son entreprise, démarrée il y a 18 mois, roule à merveille.

En bordure du Club de golf Hammond, à 40 km d'Ottawa, se cache le village de minimaison de Small Living company (SLC). Tout près d'un terrain de camping, où on retrouve trois lacs artificiels et un terrain de jeux pour les enfants, ces minimaisons peuvent être louées pour un weekend ou même un mois.

La tempête « derecho » qui a frappé en mai 2022 a ravagé une grande partie de la forêt entourant le golf, ce qui a naturellement créé l'espace parfait pour la nouvelle entreprise d'Aaron Markel. « On avait déjà planifié de démarrer une entreprise de minimaisons, mais quand on a vu tout l'espace que la tempête avait dégagé, on n'avait pas le choix de commencer », dit l'homme d'affaires qui gère 18 entreprises, dont SLC où il est copropriétaire.

L'homme d'affaires qui se spécialise dans la construction a changé ses idées au sujet de son industrie il y a quelques années. Il met davantage l'accent sur l'écologie. « Il y a tellement de gaspillage dans la construction conventionnelle et trop d'espace est utilisé. Dans une aire où l'on mettrait habituellement une maison, je peux en installer quatre. Il y a tous les éléments nécessaires, sauf que l'espace est minime. »

Il soutient que le marché des minimaisons attire de plus en plus d'acheteurs. Son entreprise n'a donc pas tardé à devenir profitable depuis sa première vente en avril cette année. « Je ne suis pas surpris de l'engouement pour les minimaisons. Les taux d'intérêt sont tellement élevés et les logements ne sont pas abordables. Mes enfants ne seront pas capables d'acheter



une maison dans cette économie. Cette maison coûte environ 1000 \$ par mois étalé sur 15 ans. »

Acheter ou louer ?

Personne n'habite à temps plein dans une minimaison de SLC pour l'instant, ses profits sont alimentés par la location.

De nombreux clients achètent une minimaison à un prix pataugeant autour de 200 000 \$ pour ensuite la louer, tel un Airbnb. M. Markel est toutefois en discussion avec des personnes qui planifient leur transition vers une minimaison. « J'ai une cliente qui va louer une minimaison pour deux mois afin de voir si elle serait capable d'y vivre. Passer de 2000 à 200 pieds carrés est un gros changement. »

La location tourne autour de 200 \$ la nuit au camping Hammond Hill, seul village de location de minimaisons de la compagnie. Étant donné que les villages de minimaisons ne sont pas encore légaux dans les quartiers de la région, il suggère de l'installer dans la cour de quelqu'un.

Il est d'ailleurs en discussion avec la Cité de Clarence-Rockland afin d'y installer un village de ces maisonnettes. « Ce sont des discussions très préliminaires, rapporte Aaron Markel. Les pourparlers sont positifs, mais c'est difficile de changer la mentalité d'une maison conventionnelle. C'est notre défi en ce moment de convaincre les villes afin qu'elles apportent un changement au zonage. »

Les demeures seraient aménagées en cercle, avec tous les services communautaires au centre. « Si tu aimes vivre dans une minimaison, tu aimes vivre en communauté »,

renchérit-il.

Il a pour but de fonder un village de minimaisons d'ici cinq ans avec son entreprise. Que ce soit dans l'Est ontarien ou ailleurs.

Un concept qui voyage

Le copropriétaire assure que ses modèles de minimaisons sont construits pour durer à vie. Le toit et la douche sont faits de métal, les murs extérieurs en bardage, l'intérieur est isolé avec de la mousse et les planchers sont en vinyle. Parlant d'écologie, la toilette est à incinération, donc elle brûle

les excréments, qui peuvent être utilisés comme compost par la suite.

Construit selon des modèles et non sur mesure, l'assemblage des minimaisons avance à vive allure. « En quatre mois, nous avons construit 19 maisons, dit Aaron Markel. D'ici la fin de l'année, j'en aurai construit 30. »

Vu que ses modèles peuvent être transportés par un camion à l'aide d'une remorque, il n'a pas de difficulté à les expédier partout dans la province. Il planifie même l'installation d'un village de minimaisons à Cancún, au Mexique, où il possède 26 acres de terrain.

« Le marché n'est pas saturé du tout, affirme-t-il. C'est le futur de l'immobilier. Je ne vois pas d'autres manières que les gens peuvent se payer une maison unifamiliale dans les prochaines années. »



Demain, c'est maintenant...

Chronique de Marc Bédard

Bienvenue au temps de la propagande...

Vous connaissez la chanson Le temps des cathédrales de Bruno Pelletier ? Et, bien nous voici dans une autre ère, celle de la propagande. Partout dans le monde et même au Canada, cela devient de plus en plus difficile de dire quoi que ce soit sans être rapidement jugé et même accusé d'être moralement faible, voire dangereux. Pourquoi ? Parce que, entre autres, nous sommes maintenant en mode propagande. Wikipédia définit la propagande comme « un ensemble de techniques de persuasion mises en œuvre pour propager, par tous les moyens disponibles, une opinion ou une idéologie ».

La propagande est évidemment une forme de contrôle des messages et ultimement de ce que nous devons croire. Souvent poussée en temps de guerre, la propagande fait partie intégrante de nos vies. Mais présentement, avec ce qui se passe en Ukraine et dans le conflit israélo-palestinien, le contrôle de ce que les gens pensent et appuient est encore plus important. Et avec des outils aussi performants que les médias sociaux, la capacité de nous influencer ne se compare avec rien de ce qui existait auparavant. (Je vous invite à regarder *The Social Dilemma* sur Netflix.)

Et voici pourquoi un peu partout dans le monde, plusieurs gouvernements essaient de contrôler, avec plus d'efforts et d'agressivité, le message. En temps de guerre (ou de conflit), la propagande essaie constamment de présenter les gens qui sont en désaccord ou apportent des nuances comme de mauvaises et dangereuses personnes. En ce moment, au Canada, on en voit les effets. Des gens perdent leur emploi, sont accusés de traîtres ou pire sont menacés ouvertement. Et ce, quelle que soit leur opinion (surtout, mais pas exclusivement, si elle est différente de celle officiellement validée par les gouvernements). Alors, il est temps de faire attention à ce qu'on croit et à ce qu'on dit publiquement. Le Canada et plusieurs provinces où la liberté d'expression a toujours été protégée commencent à utiliser des tactiques claires visant à éliminer du discours des messages qui contredisent leur position officielle. Les É.-U., pour leur part, sont en mode de contrôle plus direct. Partout dans le monde, on voit nos gouvernements tenter de faire taire les gens qui proposent des solutions différentes dans le respect des humains, de la vie et de la nature. Et ce n'est pas une bonne nouvelle pour l'avenir de nos démocraties et du Canada... surtout en contexte de crise climatique.

Marc Bédard



Une marche dans une maison de l'horreur locale

Par Renée-Pier Fontaine

À la veille de la fête de l'Halloween, Miguel Peck finalise les derniers détails de sa création, un parcours rempli d'épouvante, de quoi en faire sursauter plus d'un. Grand amateur de films d'horreur des années 70-80-90, il décide cette année d'ouvrir au public la « Pecker's Fright Walk ».

« J'avais le temps, les ressources et les idées cette année pour le faire, et il n'y en a pas beaucoup à Hearst. Les décorations d'Halloween en ville sont belles, mais ce n'est pas de style horreur. Je suis un gros adepte de jump scares, les bonhommes viennent souvent d'un film d'horreur », explique-t-il. Sa marche d'horreur, il l'a créée de toute pièce, sans compter les heures et l'argent qu'il a mis dans son projet. Il n'y aura personne à l'intérieur pour faire peur aux gens, tout est mécanisé et installé pour fonctionner automatiquement. Miguel Peck sera tout de même sur place pour superviser et s'assurer du bon déroulement. Infirmier de carrière, Miguel occupe un emploi dans les réserves, il voyage donc pour travailler deux semaines et ensuite il est à la maison pendant quatre



semaines. Son horaire lui a permis de commencer son projet à la mi-septembre et avec l'aide de sa conjointe et ses parents, il a conçu un parcours effrayant dans son garage. « C'est à peu près 500 heures qu'on a passé à travailler là-dessus. Mes idées, je les ai prises sur YouTube et les vidéos me donnaient d'autres idées. J'ai fait les personnages moi-même, sauf les masques. Le linge provient de mon vieux linge et du Dépôt Gamelin, j'ai acheté beaucoup de choses en ligne, faute de ressources à Hearst. La mécanisa-

tion, le son et les effets spéciaux, je garde le secret sur comment je les ai faits », dit Miguel en riant.

La visite est déconseillée aux moins de 12 ans et même que la supervision des parents est recommandée pour les mineurs, certains éléments pouvant être macabres et troublants. L'entrée est gratuite et tous sont bienvenus. Les visiteurs peuvent se rendre au 501, rue Alexandra à Hearst dès le jeudi 26 octobre, les portes seront ouvertes de 19 h à 21 h tous les soirs suivants, jusqu'au 31 octobre. M. Peck aimerait voir un jour une remise de prix pour les meilleures décorations d'Halloween à Hearst,

comme celle déjà en place pour les lumières de Noël. Il désire aussi attirer plus de gens dans son quartier, soulignant que depuis quelques années ceux qui courent l'Halloween vont beaucoup sur la rue West et ne se dirigent pas vers chez lui.

C'est une attraction à voir pour toutes les personnes qui aiment les sensations fortes, l'horreur et l'Halloween autant que Miguel Peck.



MARCHE HANTÉE
« PECKER'S FRIGHT WALK »

PECKERS HALLOWEEN FRIGHT WALK

DU 26 AU 31 OCTOBRE
DE 19 h À 21 h
AU 501 RUE ALEXANDRA

OFFERT PAR MIGUEL ET KRISTEN PECK

GRATUIT!

DÉCONSEILLÉ AUX MOINS DE 12 ANS
LES ENFANTS DEVRAIENT ÊTRE
ACCOMPAGNÉS D'UN ADULTE

INFOS :
MIGUEL PECK 807 632-8572

Les Grandes Familles

Série 2023

Familles :

- Dupuis
- Fontaine
- Lacroix
- Laflamme
- Leclerc
- Lecours
- Lefrançois
- Spécial Rose Lecours

CINN911

Clés USB disponibles pour 15 \$
au 1004 rue Prince



Don ou malchance ?

PAR RENÉE-PIER FONTAINE

Ce récit débute dans un village le long de la route 11, un village qui a survécu à ses voisins limitrophes de Reesor et Lowter. Gigi était enfant, en visite chez sa grand-mère. La bande de cousins aimait jouer dehors et l'endroit privilégié des enfants était le parc de la cour de l'école.

Dans cette cour d'école qui faisait face au cimetière, Gigi a aperçu au loin dans le champ, une petite fille aux cheveux blonds, portant une robe rouge. Les traits précis du visage, elle ne se souvient pas de les avoir vus, mais la petite fille, elle, était la seule dans les cousins qui la voyait.

Les années passent, Gigi ne revoit pas la petite fille, mais elle voit plutôt des ombres, surtout au crépuscule, pendant l'ensemble de sa jeunesse. Les manifestations d'ombres noires ne sont jamais bon signe. Un soir alors qu'elle était très jeune, elle voit une ombre et la porte de son placard s'ouvre soudainement. Figée, elle se colle sur son mur, il y a du poids sur son matelas. Elle sent une main lui agripper le bras, elle la voit aussi, une main en décrépitude avec de longs ongles. Gigi crie pour se convaincre que ce n'est pas réel. Son père, alerté, vient la voir et ouvre la lumière : il n'y a rien dans la pièce. Juste une trace de main sur son petit bras, exactement à l'endroit où elle l'avait sentie.

À l'adolescence, alors qu'elle gardait un enfant au camping, un autre phénomène s'est produit. Le petit dormait dans la chambre au fond de la roulotte et Gigi décide d'aller s'allonger dans le salon pour ne pas le déranger. Juste au moment où elle s'assoupit, la petite fille à la robe rouge apparaît à ses côtés. Gigi ouvre ses yeux et sursaute. Aussitôt, la petite fille s'enfuit en courant vers la chambre de l'enfant que Gigi garde. Sur son passage, toutes les portes d'armoire et les tiroirs de la cuisine de la roulotte s'ouvrent soudainement, les rideaux bougent et Gigi est prise de panique. La petite fille ne s'est plus jamais manifestée. Curieuse d'en savoir plus, Gigi a consulté des médiums qui lui ont confirmé que cette petite fille a bel et bien existé, mais son nom, lui, un mystère bien gardé.

Tout au long de sa vie, Gigi a fait face à toute sorte d'expériences paranormales : voyage astral, manifestation, etc. Elle s'est rendue à une boutique d'objets ésotériques et la

propriétaire, Julie, offrait aussi un service d'alignement des chakras. Curieuse de vivre cette expérience, Gigi décide de l'essayer, puisque ça faisait plusieurs années qu'elle ne se sentait pas au meilleur de sa forme.

Dès qu'elle se met à travailler sur l'alignement, la femme ressent une lourdeur et dit à Gigi qu'elle sent un « attachement » entre elle et le monde des esprits. Avec son vécu, Gigi sait que c'est possible, mais aimerait mieux croire que ce n'est pas son cas. Depuis l'enfance, elle évite de se mettre dans une position où des esprits pourraient « s'attacher », donc pas de partie de Ouija, ni de visite de maison abandonnée ou même de toucher quelque chose ayant appartenu à quelqu'un de décédé.

À cette époque, son voisin avait été retrouvé mort dans l'appartement d'à côté. Puisque Julie croyait dur comme fer qu'elle sentait un « attachement », elle accepte de procéder au « détachement ». Cette technique, c'est le père de la propriétaire qui s'en occupe, à distance, à l'aide d'une photo de la personne.

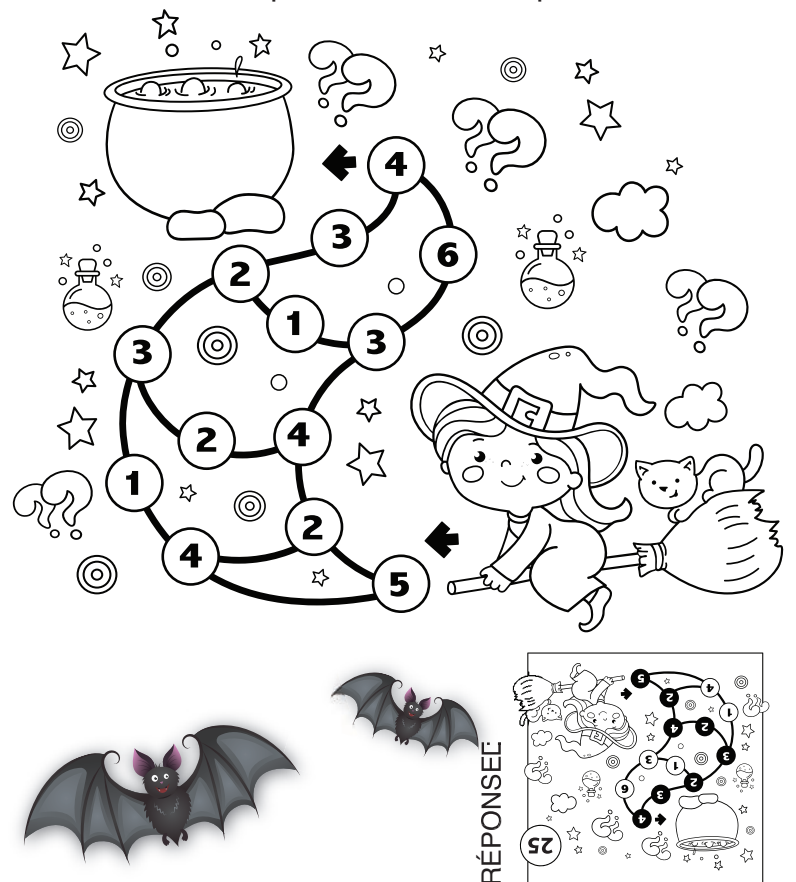
Gigi est installée dans une salle du commerce, seule, entourée de roches de sel qui inspirent la positivité et la bonne énergie. De la sauge brûle pour chasser les mauvais esprits. Gigi se sent étourdie, elle grelotte, tremble, sue, sans avoir froid. Le processus doit être commencé.

Un soulagement s'empare d'elle une fois la séance terminée, mais ce sentiment ne reste pas longtemps. Bien des lunes sont passées depuis la dernière manifestation perçue par Gigi avant le « détachement ». Quelques mois plus tard, c'est pire que jamais, son quotidien est dominé par la peur. Les choses bougent dans son appartement sans raison. Des bruits de pas, de vaisselle dans l'évier et d'eau qui coule se font entendre. Chaque fois, Gigi est seule à la maison, enceinte de son premier enfant.

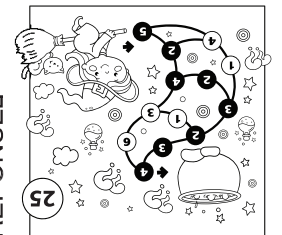
Tout au long de sa grossesse, elle souffre de la paralysie du sommeil, l'impression d'être réveillée et le corps dort encore. Parfois, ça prend trois ou quatre fois avant de se lever réellement de ces rêves éveillés. Maintenant, tout s'est calmé, Gigi a déménagé et elle se sent bien depuis quelques années. Le fait de ressentir tous ces phénomènes, est-ce un don ou une malchance ?

Chiffre magique

Aide la petite sorcière à atteindre la potion en marquant un total de 25 points.



RÉPONSE



Venez voir notre grande sélection de bonbons et nos décorations!

ET SURTOUT : CÉLÉBREZ L'HALLOWEEN EN TOUTE SÉCURITÉ!

La porte mystérieuse

PAR RENÉE-PIER FONTAINE

L'histoire qui suit est vraie. Mélanie était mariée à un artiste, photographe, et dans un élan de création, il eut l'idée de faire une exposition de vieilles portes. De belles photos que l'homme avait prises ont été agrandies et il voulait les apposer sur des portes trouvées un peu partout.

L'une de ces portes fut trouvée dans une maison abandonnée sur le bord de la route 11. La première fois que le photographe y est allé, il a entendu des pas à l'étage et s'est enfui aussi vite qu'il était entré. En prenant son courage à deux mains, déterminé que cette porte était celle qu'il lui fallait, le brave homme retourne et amène la porte pour l'intégrer à son exposition.

Une fois l'exposition terminée, la porte revient à la maison puisque la photo dessus est celle d'un membre de la famille, très aimé du couple. Les jours passent et une froideur s'installe dans la chambre du milieu à l'étage, la lumière du garde-robe de cette pièce clignote sans cesse, même si on change l'ampoule.

Mélanie et son conjoint ont maintenant un enfant et ils entreprennent les jouets du petit au sous-sol, surtout ceux qui font des bruits et de la musique. Les parents qui liront ceci comprendront que ce type de jouets peut être agaçant parfois. Un beau jour, les jouets se mettaient en marche sans que personne appuie sur les boutons. Mélanie n'en fait pas de cas, peut-être que la pile est faible se dit-elle, peut-être qu'il y a un défaut de fabrication qui actionne le jouet sans qu'on y touche.

Le couple, maintenant avec deux enfants, se sépare. Quelque temps plus tard, Mélanie rencontre quelqu'un qui vient s'installer chez elle avec lui aussi deux enfants. Elle a gardé la porte dans la maison familiale. Un beau soir de décembre, le nouveau conjoint entend des bruits qui sonnent comme une boîte à musique ancienne dont le mécanisme est faible. Une guitare accrochée au mur du salon se trouve derrière le sapin de Noël laissant croire qu'une décoration fait des sons dans l'arbre.

Les semaines se suivent et se ressemblent, plus ils entendaient les sons, plus ils se rendent à l'évidence que c'est la guitare accrochée au mur qui les émet. Mélanie décide donc de placer un médiateur (pic) dans les cordes, dans le but d'empêcher la guitare de jouer. Elle se dit que ce sont peut-être les vibrations du train qui passe, de la route principale ou autre.

Elle consulte un passionné d'instrument de musique et le questionne sur la possibilité qu'une guitare puisse jouer sans que personne ne la touche. Il lui dit que c'est peu probable, surtout que le phénomène ne cesse pas.

Le conjoint de Mélanie a même pris une vidéo des sons qui sortaient de la guitare, se disant que si c'est une entité, hé bien, elle aime la musique et ne fait rien de mal. Un dégât d'eau se produit au sous-sol et le piano de Mélanie doit être sorti de la maison pendant les travaux de rénovation; elle l'entrepense dans le garage. Les enfants qui jouaient souvent à cet

endroit ont entendu cette fois-ci le piano jouer des notes sans que personne y touche, à plusieurs reprises.

La famille déménage dans une autre maison, amenant la porte, le piano et la guitare. Un jour, les fils du couple montent à l'étage, apeurés, le piano s'est remis à jouer tout seul. L'une des filles a aussi senti une présence respirer près de son visage, assez pour lui créer une belle frousse.

Depuis, Mélanie est déménagée de nouveau, et l'espace restreint de son nouvel appartement ne lui permettait pas d'amener la porte et le piano, qui sont restés dans la maison de son ex-conjoint. Tous les phénomènes ont cessé... Bizarre ou quoi?



Pour passer l'Halloween,

- Portons des déguisements visibles à la noirceur ou du fluorescent
- Inspectons les bonbons avec soin avant de les manger
- Habillons-nous chaudement au besoin!

Joyeuse Halloween

cscdgr.education 800 465-9984

CSOGR CONSEIL SCOLAIRE CATHOLIQUE DE DISTRICT DES GRANDES RIVIÈRES

Évite les costumes trop grands ou avec de longs morceaux pendants qui pourraient te faire trébucher



LES Médias de l'épinière noire INC.



JOURNAL LE NORD

CINN911.com

Pancakes monstrueux

Pour célébrer l'Halloween dès le déjeuner, préparez ces crêpes épaisses en forme d'adorables petits monstres!

INGRÉDIENTS (4 portions)

- 1 banane, tranchée en 16 rondelles
- 3/4 tasse de farine tout usage
- 1 1/2 c. à thé de poudre à pâte
- 1/2 c. à soupe de sucre
- Une pincée de sel
- 2/3 tasse de lait
- 1 1/2 c. à soupe de beurre fondu
- 1 œuf
- 2 c. à soupe d'huile végétale
- 12 bleuets
- 1 fraise, coupée en fines lanières

PRÉPARATION

1. Couper quatre rondelles de banane en petits triangles afin de faire les dents du monstre. Réserver.

2. Dans un grand bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le sucre et le sel. Dans un deuxième bol, mélanger le lait, le beurre fondu et l'œuf. Verser les ingrédients humides dans les ingrédients secs, puis mélanger doucement jusqu'à ce que la préparation soit homogène.
3. Verser 1/2 c. à soupe d'huile végétale dans une poêle anti-adhésive à feu moyen vif. À l'aide d'une louche, verser environ 1/4 tasse de la préparation dans la poêle en formant un cercle. Ajouter de petites quantités sur les côtés du cercle afin de former les bras et les jambes du monstre. Laisser

cuire environ 3 minutes, puis retourner délicatement et laisser cuire 3 autres minutes. Réserver et répéter cette étape pour les trois autres pancakes.

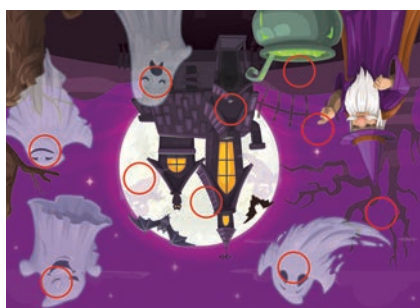
4. Déposer les pancakes dans quatre assiettes. Ajouter trois rondelles de banane, puis trois bleuets afin de former les yeux. Disposer ensuite les lanières de fraise ainsi que les triangles de banane afin de former la bouche.



Trouve les 10 DIFFÉRENCES



RÉPONSE :



N'oubliez pas de vous brosser les dents pour garder vos dents en santé!

BONNE HALLOWEEN!



Dr Gilles Lecours
dentiste familial • family dentist

812, rue George, Hearst
705 372-1601

Dans la mesure du possible, marche sur le trottoir. S'il n'y en a pas, marche du côté qui fait face à la circulation.

JOYEUSE HALLOWEEN!



Les pompiers volontaires de Hearst

Habille-toi selon la température. Même les petits diables n'ont pas de plaisir lorsqu'ils sont gelés ou trempés!

JOYEUSE HALLOWEEN!

Fortier's
ELECTRONICS
Stationery / Papeterie

904, rue Front,
Hearst
705 362-5779



Reste dans des endroits bien éclairés et ne visite que les maisons illuminées.



CONCOURS NATIONAL DU SOUVENIR

Ce concours est ouvert à tous les étudiant.e.s des écoles canadiennes.

CONCOURS D’AFFICHES

Évoquer le Souvenir par le biais de l’art visuel. Les participants au concours d’affiches verront à créer et à soumettre des œuvres originales en couleur ou en noir et blanc, en y explorant les thèmes du Souvenir, soit par le dessin, la peinture ou l’illustration.

CONCOURS LITTÉRAIRE RABBIN-BULKA

Communiquer le Souvenir par le biais de l’écriture. Les participants au concours littéraire Rabbin-Bulka sont invités à créer et à soumettre des textes ou des poèmes originaux sur le thème du Souvenir, et ce, en français ou en anglais.

CONCOURS DE VIDÉO

Raconter le Souvenir par le biais du film. Les participants au concours Défi Vidéo sont conviés à créer et à présenter des vidéos originales sur le thème du Souvenir. Les envois sont acceptés en français ou en anglais.

ÇA VOUS INTÉRESSE ?

CONTACTEZ-NOUS

Rendez-vous sur le site ConcoursDuSouvenir.ca pour consulter les Règlements officiels, lesquels seront accessibles à compter du 1^{er} septembre. Dans le cas où les conditions stipulées dans les Règlements officiels devaient différer de celles divulguées dans tout autre énoncé de documents relatifs aux concours, les conditions stipulées dans les Règlements officiels prévaudront.



CONCOURS NATIONAL
DU SOUVENIR
POUR LES JEUNES



The Legion
National
Foundation

La Fondation
nationale
Légion

Légion

Pour toute question concernant les Concours nationaux du Souvenir pour les jeunes, veuillez contacter **Manon Longval**
705 372-3062 - mlvjewels@hotmail.com

Toutes les œuvres doivent être déposées auprès de Manon Longval au plus tard le 10 novembre 2023, accompagné du formulaire d’inscription officiel.

Ce formulaire est disponible en ligne à

ConcoursDuSouvenir.ca

JOLY, artiste multi-instrumentiste à découvrir !

Par Renée-Pier Fontaine

Lors du prochain spectacle « Coup de cœur francophone » au Conseil des Arts de Hearst, un artiste franco-ontarien de Hawkesbury, Marc-Antoine Joly fera partie de la brochette d'artistes en prestation. Auteur-compositeur-interprète et réalisateur, JOLY est son projet solo, le spectacle qu'il présentera est personnifié à son image.

Marc-Antoine a commencé sa carrière professionnelle à l'âge de 14 ans, ce qui a donné le ton au reste de sa vie. À l'époque, les groupes dont il faisait partie étaient plutôt punk, emo et métal, c'est donc un retour aux sources pour lui avec JOLY. « Je fais la musique que j'aime, c'est ce style qui ressort, qui me fait tripper. C'est le projet qui me ressemble le plus musicalement et qui me permet d'aller un peu plus loin dans ma quête artistique », explique-t-il. La musique est thérapeutique pour lui, la création, mais le partage d'énergies se produit lors de ses spectacles devant public. Il a sorti plus tôt cette année son premier album solo complet intitulé *Deuil*.

Marc-Antoine sera accompagné sur scène de Patrick Harrison et de son frère Simon à la batterie. Les

frères ne sont toutefois pas nés dans une famille de musiciens. « C'est moi en fait qui voulais un *drum*, je l'ai donc convaincu d'en demander un pour sa fête ou pour Noël. Je savais que ça passerait mieux au conseil si c'était lui qui voulait un nouvel instrument de musique, parce que ça faisait déjà plusieurs guitares que mes parents m'achetaient. Finalement, il est super bon et il adore jouer de la batterie. Maintenant, il joue avec Les Rats d'Swompe, et avec moi dans plein de projets. Il est pas mal tout le temps en tournée à travers le monde ! »

Les trois hommes ont enregistré un podcast nommé *Faire le Deuil*. « Il y a seulement un épisode, peut-être que d'autres épisodes se rajouteront. Je voulais parler avec les gars de la conception de l'album, d'où c'est venu, et du projet JOLY, comment ça s'est développé avec les années. C'est nous qui parlons pendant 1 h 30, ça permet aux gens d'avoir une plus grande appréciation de l'album ou de le comprendre davantage », explique-t-il. Il anime aussi une émission dédiée à la francophonie hors Québec avec Nicholas Monette : *De quoi tu*

parles de? est présenté sur les ondes d'Unique FM à Ottawa.

Marc-Antoine offre aussi des ateliers d'écriture, de création musicale, de coaching musical, de mise en scène, d'enregistrement et de Balado dans les écoles. Titulaire d'un baccalauréat en musique, en théâtre et en éducation, il partage avec la jeunesse les possibilités qui s'offrent à eux. Grâce aux spectacles d'Akoufèn dans les écoles, il a vu qu'il y avait une demande pour des ateliers en arts de la scène. Depuis, il montre aux jeunes franco-ontariens que c'est possible de travailler dans l'industrie de la musique, et ce, en français. « Je veux aussi leur montrer que la musique, c'est plein de métiers différents, il y a tous ceux qui travaillent en arrière de la scène, etc. Tout le monde a un aspect créatif dans sa vie, pourquoi pas le mettre de l'avant ? Se laisser aller et avoir les outils pour le faire », dit-il.

Récipiendaire des prix Guitariste et Chanteur de l'année lors d'un vote du public organisé par FrancoMusique en 2020, Marc-Antoine se dit très reconnaissant et avoue avoir été sans mots lorsqu'on lui a annoncé la

nouvelle.

Il est marié depuis deux ans à Céleste Lévis, chanteuse originaire de Timmins. Il se joint à elle sur scène lors de ses prestations depuis 2014 et collabore à la réalisation depuis le deuxième album de celle-ci. « De l'écriture à la composition musicale, nous faisons tout ça ensemble et maintenant nous avons une compagnie qui s'appelle Joly Records. Tout est fait à partir de chez nous et nous sommes bien contents de travailler ensemble », explique le musicien.

Ils se sont rencontrés à l'époque d'Akoufèn, où il jouait avec deux musiciens de Timmins. Par la suite, quand elle cherchait des musiciens, il lui a démontré son intérêt et tranquillement la relation a évolué de compagnons de scène à compagnons de vie. Ensemble, ils ont un enfant de 15 mois et se sont établis dans la région d'Ottawa.

Marc-Antoine Joly a l'intention de continuer à jouer de la musique longtemps, et il a hâte de faire découvrir ses chansons aux gens de Hearst.



Le Conseil
des Arts
de Hearst



LA FAUNE / JOLY /
SIMON DANIEL

4 NOV 2023

Pour acheter ton billet, scan le code
QR ou communique avec nous.

705 362-4900

conseildesartsdehearth.ca



musicaction

Québec

FONDATION
SOCAN
FOUNDATION

((SiriusXM))

ICI musique

unis.tv

AK
FN

Canada

Ontario

ONTARIO ARTS COUNCIL
CONSEIL DES ARTS DE L'ONTARIO

hearst

Caisse
Alliance

AtlanticPower
Corporation

VILLENEUVE
CONSTRUCTION

cspne.ca

MW
MAURICE WELDING

Companion
Hotel - Motel

Profil d'entreprise : Expert Garage Ltd



Propriétaires : Truck IQ, Yves Lacroix, Remy Poliquin

Depuis : L'année 1950

Emplacement : 420 route 11 Est

Téléphone : 705 362-4301

Fondateurs : Claude Macameau, Réal Mercier, Ben Morin

Site Web : www.expertgarage.ca

Facebook : facebook.com/ExpertGarageLtd



HISTORIQUE

Expert Garage Ltd a une riche histoire qui remonte à 1950. Tout a commencé à la suite de la vente de la station-service Royal Body Shop, qui était située sur la rue Front. Ben Morin, un vendeur d'automobiles Renault, et Claude Macameau, un vendeur d'essence, se sont retrouvés à la recherche d'un nouvel emplacement. C'est à ce moment qu'ils ont rencontré Réal Mercier, propriétaire de Hearst Garage. Ils ont formé un partenariat, ce qui a conduit à la création d'Expert Garage Ltd, incorporé en 1973.

Pour accueillir les automobiles Renault à leur nouvel emplacement, des projets d'agrandissement ont été élaborés, et cette expansion a été réalisée avec succès. En 1975, Expert Garage est devenu le concessionnaire Chevrolet pour les automobiles et les camions, mettant ainsi fin à la concession Renault.

En 1979, de nouveaux projets d'agrandissement ont vu le jour, car le fabricant d'automobiles GM exigeait que ses concessionnaires disposent d'un atelier de carrosserie. C'est à ce moment qu'un nouveau partenaire, René Gratton, s'est joint à l'équipe pour gérer cet atelier. Expert Garage a également élargi son inventaire en incluant des tracteurs de ferme de la marque Belarus pendant une courte période. En 1980, avec la discontinuation des camions lourds Chevrolet de la marque Bison, Expert Garage a ajouté des marques telles que Freightliner et Westernstar, ainsi qu'un camion-remorque. Plusieurs autres partenaires ont rejoint l'équipe, portant leur nombre à six.

Les années 85 à 90 ont été remplies d'événements marquants. M. Mercier a acheté les parts de tous ses partenaires, M. Morin est resté en tant que gérant, et M. Macameau a acheté les camions-remorques, créant ainsi sa propre entreprise, Macameau Towing, avant de la revendre à Expert Garage Ltd en 2000. M. Mercier a pris sa retraite en juillet 1998 et a vendu ses actifs à une dizaine de partenaires, dont Pierre Delage, qui est devenu président de l'entreprise.

Sous la direction des nouveaux propriétaires, Expert Garage Ltd a continué à prospérer. En 2001, en réponse à une demande du fabricant d'automobiles GM, Expert Garage a construit une nouvelle structure à l'ouest de l'édifice existant, qui est devenu le département d'automobiles, de camions, de VUS et de voitures d'occasion. L'édifice original a continué à servir pour les camions lourds uniquement et a été nommé "Expert Garage Ltd". Même aujourd'hui, les gens confondent parfois Expert Garage Ltd et Expert Chevrolet Pontiac Buick GMC, bien que les deux opèrent de manière indépendante depuis 2007.

En outre, pour mieux servir sa clientèle, Expert Garage Ltd a ouvert une succursale à Timmins en juillet 2000, mais malheureusement elle a été détruite par un incendie en juin 2016. Toutefois, des projets de reconstruction ont été lancés, et la réouverture du garage a eu lieu en septembre 2017. En 2016, Truck IQ, un groupe canadien de concessionnaires de camions lourds présents en Ontario, au Québec et dans le Canada atlantique a fait l'acquisition d'Expert Garage de Hearst et de Timmins. C'est en juin 2022 que ces mêmes propriétaires ont également fait l'acquisition de Antrim Western Star à Arnprior et en mai 2023 s'est ajouté Freightliner North Bay.

Fierté communautaire

Expert Garage Ltd est fier de la vitalité de la communauté de Hearst. L'entreprise soutient et applaudit les efforts déployés par les habitants, tels que la Place des Arts, les initiatives de développement économique liées au 100^e anniversaire de Hearst, les activités sportives et l'évolution de la ville. La participation des gens de Hearst à ces activités renforce le tissu social et contribue au dynamisme de la communauté.

Créateur d'emploi

Expert Garage Ltd est un employeur important de la région, avec 20 employés qui travaillent au sein de l'entreprise depuis ses débuts. L'entreprise joue ainsi un rôle essentiel dans la création d'emplois locaux.

Clientèle loyale

La clientèle d'Expert Garage Ltd est extrêmement loyale. L'ajout de nouvelles succursales à Arnprior et North Bay a renforcé cette loyauté. Les clients bénéficient de la facilité de se diriger vers l'une des succursales en cas de problème le long de la route 11.

Utilisation des réseaux sociaux

Expert Garage Ltd maintient une présence active sur les réseaux sociaux, notamment sur son site Web, sa page Facebook et Instagram. Ces plateformes sont gérées par un employé à temps partiel qui assure une mise à jour régulière. L'entreprise partage des photos des gagnants de différents tirages et des nouveaux propriétaires de camions, renforçant ainsi son engagement envers sa clientèle. En outre, l'interaction avec les clients sur les réseaux sociaux est un aspect essentiel de la stratégie de communication.

Pourquoi une jeune famille devrait-elle s'établir à Hearst ?

Hearst offre un cadre de vie idéal pour les jeunes familles. La région propose de vastes espaces verts, des lacs à quelques kilomètres de la ville, des forêts et des sentiers de randonnée. L'air pur, la tranquillité et la proximité des infrastructures locales telles que le centre récréatif Claude-Larose, la piscine Stéphane-Lecours, les écoles et les résidences font de Hearst un endroit exceptionnel pour élever une famille. La proximité de ces installations permet aux parents et aux enfants de passer plus de temps ensemble sans les contraintes de la circulation que l'on trouve dans les grands centres. En somme, Hearst a tout pour plaire à une jeune famille.

L'importance de l'achat local

Dans l'objectif de bien desservir sa clientèle, Expert Garage Ltd reconnaît l'importance de l'achat local et a mis en place un site Web permettant aux clients de consulter directement l'inventaire de l'entreprise. Les clients peuvent créer un compte pour effectuer des achats en ligne, encourageant ainsi l'achat local et contribuant à contrer l'influence d'Amazon. L'entreprise soutient également des organisations et des équipes locales en contribuant financièrement à leurs activités tout en affichant son nom sur des affiches ou des gilets lors d'événements sportifs.

Quels sont les défis rencontrés depuis l'ouverture de votre commerce ?

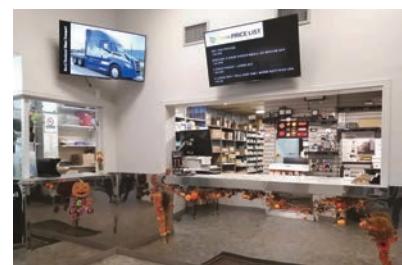
Passer d'employé à propriétaire s'est avéré moins difficile étant donné notre expérience antérieure, nous connaissions le travail à accomplir et les défis à relever. Il était alors plus facile pour nous de régler les situations lorsqu'elles se présentaient.

Lors de la COVID, nous avons été catalogués comme travailleurs essentiels, donc le garage a continué ses opérations comme d'habitude. Cependant, l'approvisionnement des pièces et des véhicules nous a confrontés à tout un défi. Nous avons tout de même été en mesure de desservir notre clientèle de façon méritoire.

Il est évident que je dois visiter nos succursales régulièrement. Donc, une fois par mois, je me rends à Arnprior pour visiter les employés du garage, un arrêt à North Bay et ensuite Timmins. Cependant, grâce à la technologie, plusieurs rencontres se font par Zoom.

Lors d'un changement de propriétaire, on peut s'attendre à un mouvement au niveau des employés, mais heureusement ce phénomène ne s'est pas concrétisé chez nous. Nous avons été privilégiés !

Expert Garage Ltd est une entreprise prospère avec une histoire riche et une forte implication dans la communauté de Hearst. Elle met en avant l'importance de l'achat local, la fidélité de sa clientèle et son engagement envers le bien-être de la région.





Dans le temps comme dans le temps une chronique de Serge Morissette On court l'Halloween dans les années 50—Première partie

À Hearst, dans les années 50, l'Halloween est une fête pour les enfants du primaire. Presque tout le village y participe. Les gens de toutes les langues, religions et cultures ainsi que le monde des affaires se donnent la main pour créer une ambiance ensorceleuse dans un milieu sécuritaire. Les jeunes de l'école secondaire sont maintenant « trop grands » pour observer cette coutume. Nous sommes encore dans le temps où les parents ont confiance que tous les adultes du village, incluant les étrangers, ne veulent que le bien des enfants. Le terme « Trick or Treat » est encore utilisé par les jeunes, mais le sens de ces mots s'est perdu dans le temps. Pour eux, ça fait tout simplement partie de la fête : on cogne à la porte, quelqu'un répond, on lui présente un sac quelconque, on dit « Trick or Treat » et ils nous donnent quelque chose. Ce quelque chose est généralement des friandises, des fruits ou, dans de rares occasions, de l'argent. Quelquefois, on demande aux jeunes de faire un truc, chanter une chanson ou danser une gigue pour avoir leurs bonbons.

Les enfants adorent cette fête. Il n'y a pas beaucoup d'argent dans le village, mais cela ne réduit en rien l'enthousiasme des jeunes et même des parents. Deux semaines avant l'Halloween, les enfants discutent avec leurs parents à savoir comment ils vont se déguiser. La mère s'affaire ensuite à créer les vêtements nécessaires avec son très fiable moulin à coudre Singer. Tout est acceptable pour le déguisement : du maquillage, des masques en plastique qu'on commence à retrouver dans les magasins, des oreillers, des draps, des poches de patates, des grands cartons découpés, des vieux vêtements et des bijoux. Quelques-uns peuvent se permettre d'acheter le tout, mais c'est assez rare.

Plus l'Halloween approche, plus les enfants sont excités. La journée de l'Halloween, plusieurs se déguisent pour aller à l'école. Cela n'est pas encouragé, mais les profs ferment souvent les yeux. D'ailleurs, c'est très difficile d'enseigner à des jeunes qui rêvent à ce qui s'en vient après la classe. La classe se termine à 4 h de l'après-midi ; il commence déjà à faire noir et ça crée une ambiance encore plus excitante.

Les parents donnent à souper aux jeunes immédiatement après l'école pour qu'ils puissent commencer à courir l'Halloween le plus tôt possible. Après le souper, Marielle et Serge se déguisent, s'ils ne le sont pas déjà et la mère en profite pour réitérer les règles de la soirée. Écoutons-la. (Les conversations suivantes sont fictives, mais les activités, l'enthousiasme, et l'ambiance sont réels.)

Maman : Bon, n'oubliez pas les p'tits : on reste ensemble et on se joint à un groupe autant que possible.

Marielle : On a notre gang qui nous attend, Maman. Carol, Nicol et Gérald viennent avec nous autres.

Maman : C'est bon. Tenez-vous loin des grands. Il y en a qui vont essayer de voler votre sac. Restez sur le trottoir et le long de la rue. Ne prenez pas de raccourci entre les maisons. Lorsqu'une personne se présente à la porte, vous dites « Trick or Treat » et vous leur présentez votre sac. N'enlevez pas vos mitaines si ce n'est pas nécessaire parce qu'il fait froid. Il est maintenant 6 h. Je vous veux de retour à la maison avant la sirène de 9 h. (Dans le village, la sirène sonne à 9 h tous les soirs pour avertir les enfants de

moins de quatorze ans qu'il est temps de rentrer à la maison.)

Marielle : Okay, maman. On le promet.

Ma mère nous donne chacun une taie d'oreiller pour utiliser comme sac et nous partons. Certains jeunes utilisent de beaux sacs décorés achetés au magasin, mais nous on sait bien qu'il n'y a rien d'aussi bon qu'une grosse taie d'oreiller qui peut contenir beaucoup de bonbons. Souvent, les adultes ont pitié de nous lorsqu'ils voient que le sac n'est même pas à moitié plein et ils en donnent plus.

Serge : Aye Marielle, on rencontre Carol, Nicol et Gérald. C'est bon d'être ensemble, mais il faut pas être une trop grosse gang parce que quand on est beaucoup, le monde ne donne pas grand-chose à chacun.

Marielle : Oui, c'est vrai ça. Bon, les voici. Salut les gars. Okay on commence avec le monde qu'on connaît. On va faire la rue Prince.

Carol : Okay, c'est une bonne idée. Si les voisins ne nous reconnaissent pas, on dit qui on est, ou on enlève notre masque. Ils ont tendance à donner plus de bonbons aux jeunes qu'ils connaissent.

Nicol : Bonne idée. Et pis lorsqu'on arrive à la 10e Rue, on va tourner vers le centre de la ville. Il faut se dépêcher pour aller voir les marchands. Y donnent souvent beaucoup de bonbons, mais y'ont tendance, des fois, à en manquer et puis la plupart ferment à 9 h.

Après la première maison :

Serge : Wow, c'est l'fun, ils donnent un chip eux autres. Ça commence bin.

Gérald : J'comprends.

Après la deuxième maison :

Marielle : Une poignée de bonbons. C'est pas si mal.

Nicol : Moé, j'ai eu deux poignées de bonbons. Ils aimaient mon masque.

Après la troisième maison :

Carol : Tiens, ils répondent pas eux autres. Ils veulent pas donner rien.

Serge : T'as pas remarqué que toutes les lumières étaient fermées et qu'il n'y avait pas de bruit. Ça se peut aussi qu'ils ne soient pas à la maison.

Après la quatrième maison :

Serge : Wow. M'as-tu vu chanter? Y fallait que je chante pour avoir quelque chose. Ils m'ont donné une barre de chocolat Cherry Blossom.

Marielle : Moi j'ai dansé à la place. Ils m'ont donné une Oh Henry.

Carol : Moi j'ai raconté un joke et j'ai eu une Sweet Marie.

Nicol : Moi j'ai seulement eu quelques bonbons. J'savais pas quoi faire.

Gérald : T'aurais dû enlever ton masque. Ils t'auraient reconnu pis tu aurais eu la même chose que nous autres.

Nicol : Chitte, j'ai oublié.

Après la cinquième maison :

Serge : Une maudite pomme. Préparez-vous. Y'a bin du monde qui donnent seulement des choses qui sont bonnes pour la santé. J'sais pas ce qu'ils ont contre les bonbons, le chocolat et pis les chips. On n'a en masse des pommes pis des oranges à la maison. C'est des bonbons qui manquent.

Nicol : Oui, les adultes y'ont des drôles de manières de faire les choses des fois.

10^e saison de L'info sous la loupe

avec Steve Mc Innis

tous les vendredis de 11 h à 13 h

En reprise les samedis de 9 h à 11 h

Sur les ondes de **CINN911**



Les invités de cette semaine :

Fabien Hébert, président de l'AFO

Jean-Michel Chabot, chef pompier, Hearst

Pierre Dorval, président de la Caisse Alliance

Guy Bourgouin, député provincial

Carol Hughes, députée fédérale

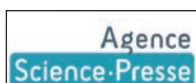
Gilles Péloquin, analyste sportif

Karine Dupuis Pominville, diététiste

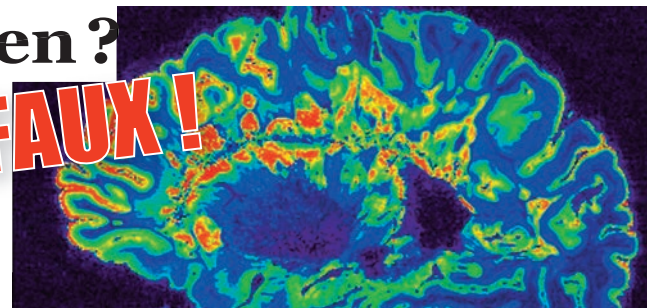
Présenté par



On possède un cerveau reptilien ?



Par Kathleen Couillard

FAUX !


« Cerveau reptilien » : on en est venu à désigner par ce terme le siège de toutes nos réactions de peur ou d'agressivité, voire de toutes nos impulsions irrationnelles. Le *Détecteur de rumeurs* a fouillé cette théorie très populaire.

La théorie du cerveau triunique

Comme le rappelle le site de vulgarisation québécois le *Cerveau à tous les niveaux*, l'existence d'un cerveau reptilien fait partie d'une théorie plus vaste selon laquelle trois cerveaux auraient émergé successivement au cours de l'évolution : le cerveau reptilien associé à la survie, le cerveau limbique associé aux émotions et le néocortex associé au raisonnement. On parle alors du « cerveau triunique ».

La théorie, qui reposait d'abord sur un duo (limbique et néocortex), avait vu le jour en 1949 dans le cadre des travaux du médecin Paul MacLean, raconte le *Yale Medicine Magazine*. L'étude de patients souffrant de maladies psychosomatiques et d'épilepsie avait convaincu MacLean que la composante émotionnelle de ces troubles était localisée dans des structures profondes du cerveau, qui allaient prendre le nom de cerveau limbique.

Vingt ans plus tard, MacLean ajoutait à son modèle l'idée d'un cerveau reptilien, composé entre autres du tronc cérébral et des noyaux gris centraux. Le cerveau reptilien n'agirait pas en se basant sur les émotions ou sur la raison, mais sur l'instinct.

Selon MacLean, l'évolution du cerveau serait donc un processus additif, où les structures cérébrales complexes sont déposées par-dessus les structures primitives. Le cerveau reptilien serait enfoui sous le cerveau limbique, lui-même recouvert par le néocortex. Et c'est ce dernier qui contrôlerait les fonctions cognitives supérieures comme la conscience, la raison et la logique. MacLean ajoutait que ces cerveaux agiraient de façon indépendante.

Une théorie populaire

La simplicité du modèle de MacLean a contribué à sa popularité, résume l'auteur du *Cerveau à tous les niveaux*. « S'il frappe tant l'imagination, c'est que le concept de « cerveau triunique » est simple et s'harmonise parfaitement avec une conception très ancienne des trois éléments de base de la nature humaine : la volonté, l'émotivité et la rationalité ». De plus, à première vue, ce modèle a du sens : nos instincts entrent parfois en conflit avec nos émotions et notre raison, rappelait en 2012 le journaliste et auteur Ben Thomas, dans le *Scientific American*.

Cette théorie permet aussi d'offrir des bases neurologiques au concept du moi, du surmoi et du ça, développé par Freud. En fait, selon des psychologues de l'Université d'État du Michigan, ce modèle est encore présent dans plusieurs manuels de psychologie.

Le concept du cerveau reptilien a même donné son nom à une stratégie utilisée par les avocats au tribunal, mentionne le professeur de droit américain Louis J. Sirico Jr. Ces avocats chercheraient à « stimuler le cerveau reptilien » des membres du jury pour qu'ils réagissent instinctivement à une menace contre eux-mêmes ou leur communauté. Ils seraient alors plus susceptibles de vouloir punir l'accusé.

Dans la vulgarisation scientifique, la théorie de MacLean a été popularisée par Carl Sagan dans son livre *Les Dragons de l'Eden* publié en 1977, qui a d'ailleurs été lauréat d'un prix Pulitzer.

Une théorie avec plusieurs faiblesses

Malgré sa popularité, la théorie de MacLean a été discréditée par plusieurs experts qui étudient l'évolution du cerveau, soulignent les psychologues du Michigan, Ben Thomas et d'autres. Parmi les points faibles :

1. Les humains ne sont pas les seuls à avoir un néocortex.

Les trois régions décrites par MacLean, y compris celle censée être la plus « récente », le néocortex, sont partagées par tous les vertébrés. Ce sont les proportions et leur étendue qui varient, ont rappelé en 2022 trois chercheurs en psychologie et neurosciences de l'Université Brigham Young, dans une étude sur la façon dont le cerveau réagit aux

menaces et aux changements.

Par exemple, la région de Broca, associée à la parole chez l'humain, existe chez les singes, même si elle ne joue pas un rôle dans la communication vocale. L'anthropologue Terrence W. Deacon le soulignait déjà en 1990, dans un article sur l'évolution du cerveau des mammifères.

Même du côté des invertébrés, on a observé ces dernières années que les pieuvres avaient un système nerveux complexe, et qu'elles étaient capables d'accomplir des tâches que l'on aurait cru réservées aux animaux plus « complexes ».

2. Les fonctions du cerveau ne sont pas liées à des zones aussi bien délimitées.

Le cerveau humain n'est pas une série de cerveaux séparés, mais plutôt un tout, remarque Ben Tomas. En effet, les structures du cerveau ne fonctionnent pas de façon indépendante, confirment les chercheurs l'Université Brigham Young. Par exemple, lors d'une réponse émotionnelle, on observe également de l'activité dans le tronc cérébral et le cortex. Il n'y a pas de réseaux purement émotionnels ou purement cognitifs.

De plus, certaines structures normalement associées au cerveau limbique ont d'autres fonctions que la gestion des émotions, comme la position de la tête par rapport à l'axe du corps ou la mémoire spatiale. Les chercheurs de Brigham Young donnent aussi l'exemple de l'hippocampe, une structure du système limbique qui est impliquée dans des processus cognitifs comme la mémoire.

On sait également que les trois systèmes interagissent. Le psychologue américain Daniel S. Levine souligne par exemple que des liens ont été observés entre le cortex préfrontal et certaines régions du système limbique. Cela expliquerait les effets des émotions sur la cognition et le comportement.

3. Il n'existe pas une réelle hiérarchie entre les animaux.

Le modèle de MacLean sous-entend que le cerveau humain serait le summum de l'évolution. Ce que déplorent plusieurs chercheurs, puisque cela suppose une hiérarchie entre les animaux, des plus « simples » aux plus « complexes ». Pourtant, remarquent les chercheurs du Michigan, les animaux ne peuvent pas agir seulement par instinct : ils doivent tôt ou tard prendre des décisions pour s'adapter à des situations particulières.

L'anthropologue Terrence W. Deacon considère d'ailleurs que le modèle de MacLean sous-estime les habiletés des non-mammifères, en particulier des oiseaux. Ceux-ci ont des comportements sociaux, des capacités de communication et des comportements parentaux. Certains oiseaux peuvent même utiliser des outils.

4. Le modèle ne correspond pas à ce que l'on sait de l'évolution.

Le cerveau n'a pas évolué en stades successifs. Penser que de nouvelles structures se sont superposées aux plus vieilles n'a pas de sens, écrivent les chercheurs de Brigham Young.

En effet, l'évolution consiste à modifier des structures qui existent déjà, et non à en ajouter des nouvelles. Tous les animaux continuent d'évoluer à partir d'un ancêtre commun, mais suivent des chemins différents.

Verdict

Le cerveau humain fonctionne comme un tout et non pas comme une addition de structures séparées. Aucun comportement n'est complètement contrôlé par l'instinct, les émotions ou la raison. De plus, tous les animaux partagent des structures cérébrales similaires, mais qui ont évolué de façons différentes.

Prenez garde à la désinformation.

Les Médias de l'épINETTE noire sont une source fiable !

MOT CACHÉ

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

Thème : Tintin / 5 lettres

A
Alcazar
Amérique
Avion

B
Balthazar
Barnabé
Bateau
Baxter
Belge
Bergamotte
Bijoux
Boris

C
Capitaine
Caraco
Castafiore
Château
Congo
Cristal

D
Désert
Dupont
E
Ernestine
Étoile
Expédition

F
Fusée
G
Garance
Globule
Grenade
Grenat
Groseille

H
Haddock
Hergé
Histoire
I
Irma

L
Lama
Licorne
Livre
Loiseau
Lotus

M
Mitsuhirato
Mogador
Moulinart
Müller

O
Ottokar
P
Pablo
Pharaon
Professeur

R
Rackham
Ranko
Rastapopoulos

S
Reporter
Ridgewell
Rodriguez

T
Soleil
Sydney

V
Tchang
Temple
Tibet
Tournesol
Trésor
Triboulet

Y
Voyage
Yéti
Z
Zorrino

CAFÉ LATTE À LA CITROUILLE ET AUX ÉPICES



ÉTAPES DE PRÉPARATION

Sirop à la citrouille et aux épices

1. Dans une petite casserole à feu moyen, porter à ébullition tous les ingrédients. Retirer du feu et laisser tiédir 30 minutes.
2. Verser dans un tamis placé au-dessus d'un contenant hermétique et laisser égoutter naturellement sans presser le sirop. Composter les aromates. Couvrir et réfrigérer. Le sirop se conserve 2 semaines au réfrigérateur.

Café latte

1. Dans une petite casserole, porter à ébullition le lait et le sirop. À l'aide d'un moussoir à lait, faire mousser le mélange de lait.
2. Verser le café dans un verre. Ajouter la mousse de lait.

INGRÉDIENTS

Sirop à la citrouille et aux épices

- 125 ml (1/2 tasse) d'eau
- 105 g (1/2 tasse) de sucre
- 30 ml (2 c. à soupe) de purée de citrouille maison ou du commerce
- 10 ml (2 c. à thé) de gingembre frais haché
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) d'extrait de vanille ou 1/4 de gousse de vanille, fendue en deux et grattée
- 1 ml (1/4 c. à thé) de muscade moulue
- 1 bâton de cannelle de 10 cm (4 po) de longueur

Café latte

- 90 ml (3 oz) de lait ou de boisson végétale
- 30 ml (1 oz) de sirop à la citrouille et aux épices
- 60 ml (2 oz) de café espresso



SUDOKU

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

RÈGLES DU JEU :

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.

RÉPONSE DU JEU N° 844

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

La date d'ouverture s'en vient...
à grands pas !

On s'installe au 25, 9e Rue.
Plus de détails à venir.

Restez à l'affut !

Composez **705 221-7679**,
Facebook : **Rest-O-Poutine**
ou scannez le code QR :



Réponse du mot caché :

NOTIUM

Les petites annonces

À louer

Espace commercial situé au 1020 rue Front
600 pieds carrés approx.
902 \$ / mois - services compris
Contactez Marcel Fauchon
Téléphone : 705 372-4928

À louer

Appartement d'une chambre
pour personne âgée au Centre Cezar
(eau et chauffage compris)
705 372-8812

Vous aimez lire notre journal en ligne,
mais vous préférez la version papier ?

Voici une idée pour vous.

Vous pouvez vous abonner au journal Le
Nord format papier,
donc du 2 novembre au 28 décembre 2023.

Deux options s'offrent à vous:

Par la poste : 32,23 \$

En personne, à nos bureaux : 26,22 \$

Taxes incluses

Plus d'informations au 705 372-1011
ou passez nous voir !

Les pneus toutes saisons
ne sont pas
des pneus d'hiver



OFFRE D'EMPLOI
Affichage interne et externe

Rectorat

Lieu de travail : campus de Hearst, de Kapuskasing ou de Timmins
Type d'emploi : permanent, temps plein
Entrée en fonction : 1er avril 2024

2023-18



Faites une différence à l'Université de Hearst !

Pour de plus amples renseignements
uhearst.ca/carriere/ ou communiquez avec nous à
rh@uhearst.ca

Date de clôture
10 décembre 2023 à 16 h

LES GENS AYANT FAIT
UNE PROMESSE DE
DON ONT JUSQU'AU
17 NOVEMBRE POUR
HONORER LEUR DON
ET ÊTRE ÉLIGIBLES AU
TIRAGE DE NOS
NOMBREUX PRIX.

MERCI À TOUTES
ET À TOUS !



N'oubliez pas d'être en bonne
compagnie pour le 1800 \$ en prix !

Radio BINGO



CINN911.com



OFFRE D'EMPLOI

Associé(e) administratif(ve) de terrain (région de Hearst)**Déterminé(e). Imaginatif(ve). Curieux(se).**

Nous sommes une équipe de plus de 7000 experts qui travaille à transporter, générer et stocker l'énergie dont dépend l'Amérique du Nord.

Si cela vous semble être un défi que vous souhaitez relever, nous voulons que vous rejoigniez notre équipe!

Date de clôture de l'affichage : 8 novembre 2023

L'opportunité

Nos opérations gazières dans la région de Hearst, au Canada est à la recherche d'un(e) associé(e) administratif(ve) de terrain pour se joindre à l'équipe basée à Kapuskasing ou Hearst, en Ontario.

Sous la responsabilité du Directeur de secteur, ce poste consiste à soutenir un large éventail d'activités quotidiennes, à coordonner avec d'autres personnes les tâches départementales ou interdépartementales et à devenir la personne de référence pour les informations et l'assistance du département.

Ce que vous ferez

- Préparer, coordonner, analyser et rendre compte des budgets et des prévisions de l'équipe
- Assister les membres de l'équipe sur les programmes et processus de l'entreprise (par exemple, SAP, WebEx, ART, ServiceNow, LMS, MS Office)
- Coordonner les réunions, les formations et les événements hors site
- Créer des demandes d'achat, traiter les factures des fournisseurs
- Créer/maintenir/rapporter les profils d'équipe LMS (Learning Management System)
- Aider à l'embauche de nouveaux employés, aux changements de statut et à la saisie des heures de travail
- Préparer les rapports et les présentations demandés par la direction.
- Gérer et conserver les informations confidentielles
- Maintenir la structure des dossiers de l'établissement
- Préparer et soumettre les relevés des dépenses de l'équipe

Qualifications minimales

- Diplôme d'études secondaires ou l'équivalent.
- Six ans d'expérience dans le domaine du soutien administratif
- Solides compétences en informatique MS Office

Qualifications privilégiées

- Certification postsecondaire en administration
- Expérience avec SAP et LMS

Pour demeurer compétitifs, soutenir notre culture de haute performance et permettre une plus grande flexibilité dans notre façon de travailler, nous offrons un modèle de travail hybride et un code vestimentaire flexible pour notre personnel de bureau admissible au Canada, aux États-Unis et au Mexique. #LI Hybride



JOB OPPORTUNITY

JR-05019 Field Administrative Associate (Hearst Area)

Determined. Imaginative. Curious. If these are some of the ways you describe yourself — we want to learn more about you! At TC Energy, we are Energy Problem Solvers — passionate about transitioning North America to cleaner energy while meeting the energy demands of today and tomorrow. If that sounds like a challenge you want to help tackle, we want you to join our team!

Posting Close Date: November 8, 2023

The opportunity

Our Hearst Area of Canada Gas Operations has an opportunity for a Field Administrative Associate to join the team based in Kapuskasing or Hearst, ON.

Reporting to the Area Manager, this role supports a wide range of day-to-day activities, coordinating with others to address departmental or interdepartmental tasks, and becoming a go-to for department information and support.

What you'll do

- Prepare, coordinate, analyze and report on team budgets and forecasts
- Assist team members on company programs and processes (i.e., SAP, WebEx, ART, ServiceNow, LMS, MS Office)
- Coordinate meetings, training, and offsite events
- Create requisitions, process vendor invoices
- Create/maintain/report LMS (Learning Management System) team profiles
- Assist with new hires, change of status completions, and maintain time entry
- Prepare reports and presentations required by
- Manage and maintain confidential information
- Maintain facility file structure
- Prepare and submit expense reports for team

Minimum Qualifications

- High school diploma or equivalent
- 6 years of related administrative support experience
- Strong MS Office computer skills

Preferred Qualifications

- Post-secondary certification in administration
- Experience with SAP and LMS

To remain competitive, support our high-performance culture and allow for more flexibility in the way we work, we offer a hybrid work model and flexible dress code for our eligible office-based workforce in Canada, the U.S. and Mexico. #LI-Hybrid

**APPLIQUEZ :
APPLY :**

https://tcenergy.wd3.myworkdayjobs.com/CAREER_SITE_TC/job/Kapuskasing-Ontario/Field-Administrative-Associate--Hearst-Area-_JR-05019



Vivement le retour du hockey midget HLK

Par Guy Morin

Après quelques années d'absence, le hockey midget faisait un retour au Centre récréatif Claude-Larose le weekend dernier. Grâce au groupe d'entraîneurs composé de Félix Morissette, Yannik Pouliot et Denis Lanoix, l'équipe a pu renaître et se prépare depuis plusieurs semaines pour cette nouvelle saison. La formation compte 17 joueurs avec deux gardiens de but.

L'équipe locale accueillait les Cubs de Schumacher pour deux rencontres samedi dernier.

Dans le premier duel, le HLK l'a emporté par blanchissage 5 à 0. Après une première période sans but, le HLK en a inscrit deux pendant la deuxième par l'entremise de Danick Dubé et Vincent Hardy. Sébastien Gagnon a marqué deux fois en troisième et Samuel Morin est venu compléter la marque avec seulement sept secondes au tableau indicateur. Gagnon a également ajouté deux passes dans

cette rencontre.

Lors du deuxième match, le HLK s'était forgé une avance confortable de 5 à 1 après deux périodes, mais les Cubs n'allaient pas abdiquer aussi facilement. Ces derniers ont marqué à trois reprises en l'espace de quelques minutes pour réduire l'écart à un seul but, mais Sébastien Gagnon est venu concrétiser la victoire des siens avec un peu moins de quatre minutes au match. Outre Gagnon (2x), Hugo Silva a également trouvé le fond du filet à deux reprises, Zachary Mignault et Vincent Boilard sont les autres marqueurs.

Les deux gardiens du HLK sont Phillippe Vermette et Hugo Lecours. Ce dernier est actuellement blessé, et remplacé cette fin de semaine par Cedrik Veilleux. Lors de la deuxième rencontre, puisque l'équipe locale avait pris les devants 5 à 1, les entraîneurs ont envoyé le jeune Veilleux dans

la mêlée. Notons qu'il est gardien de but depuis seulement un an.

À la suite de ces deux victoires, l'entraîneur Félix Morissette s'est dit très satisfait du travail de sa troupe. « Super fier des jeunes, le travail dans les pratiques les a récompensés. Gagner les deux premiers matchs était très important pour nous le coaching staff, mais encore plus pour les jeunes qui avaient ça comme but. La ligue est très exigeante physiquement, et d'avoir joué deux matchs en quelques heures, sans avoir lâché est impressionnant. On se prépare pour nos matchs du 4 novembre à Hearst contre Iroquois Falls et contre le Silver Stick à Sudbury les 17, 18 et 19 novembre. On a commencé l'année du bon pied. Avec la motivation et le travail d'équipe que les gars ont présentement, je suis convaincu qu'on n'en sera pas à nos dernières victoires. »

Ce jeune groupe d'entraîneurs redonne en quelque sorte à la

communauté puisqu'ils ont eu la chance de jouer localement de novice à midget. Il y avait de nombreux spectateurs aux deux matchs et l'équipe a offert un très bon spectacle.



Les assistances dans la LHJNO sont décevantes jusqu'à maintenant

Par Gilles Pélouquin

En saison 2023-24, pour 87 joutes à ce jour lors des deux premiers mois d'action, si on oublie les 12 parties du Showcase à Sudbury au début du mois, les assistances dans la LHJNO sont vraiment au ralenti en ce qui concerne huit des douze équipes du circuit. *Le Nord* a vérifié le dernier sommaire des parties de chaque équipe, et le Rock de Timmins est vraiment loin en avant avec une moyenne de 974 spectateurs par partie à l'aréna McIntyre.

Les Lumberjacks sont au troisième rang avec une moyenne de 654 spectateurs par rencontre au Centre récréatif Claude-Larose derrière les Eagles de Sault Ste. Marie qui ont une moyenne de 717 partisans par match au Pullar Stadium. En quatrième place, on retrouve le Storm d'Iroquois Falls au Jus Jordan Arena et une



moyenne de 607 amateurs de hockey junior.

La moyenne de la Ligue junior du Nord de l'Ontario après la présentation de ces 87 parties est de seulement 398 spectateurs par match, bien loin des quatre villes qui accueillent en moyenne plus de

738 fans par rencontre. La meilleure foule de la saison a été enregistrée à Timmins avec 1068 partisans lors du match du 6 octobre, et la pire assistance à ce jour a été vue à Elliot Lake avec seulement 74 spectateurs le 8 octobre dernier.

Équipe	Moyenne
Timmins	974
Soo Eagles	717
Hearst	654
Iroquois Falls	607
Espanola	284
Blind River	259
Kirkland Lake	253
Sudbury	211
Elliot Lake	208
Rivière des Français	180
Powassan	175
Soo Thunderbirds	160

LHJNO

34 651 entrées en 87 joutes
Une moyenne de 398/match



Votre voyante Krystal prédit de grands changements à l'Hôtel de Ville?

Pour avoir l'heure juste, consultez plutôt votre journal local!



LE FANATIQUE

avec Guy Morin

Tous les mercredis
de 19 h à 21 h



Fier partenaire

Sur les ondes de

CINN911



Les Jacks ne font pas le poids contre Timmins et Powassan

Par Gilles Pélouquin

Les deux équipes devant les Bucherons au classement de l'Est étaient de passage le weekend dernier au Centre récréatif Claude-Larose. L'équipe pilotée par Marc-Alain Bégin pouvait aller chercher quatre points de classement importants. Malheureusement, le mois d'octobre ne sourit toujours pas aux locaux et deux autres revers s'ajoutent au compteur, mais ajoute quand même un point au classement.

L'Orange et Noir accuse donc, en ce jeudi, sept défaites au cours de ses huit derniers matchs.

Jacks 2

Timmins 3 (prolongation)

Jeudi soir dernier, devant 617 spectateurs au Centre récréatif Claude-Larose, les Jacks ont pris les devants 2 à 0 sur les neuvième et dixième filets de la saison de l'attaquant Tyler Patterson, mais en fin de période le Rock enfile un premier but en avantage numérique et a égalé la marque à la 17e minute du dernier vingt, forçant ainsi la prolongation. Il n'aura fallu que deux minutes en prolongation pour fermer les livres. Un seul tir au but a permis au Rock de se sauver avec la victoire au compte de 3 à 2. Grande déception dans les gradins

à Hearst : les fans ont espéré jusqu'à la fin une victoire des Lumberjacks, mais devront se contenter d'un point au classement.

EN COULISSE... Le gardien des Jacks ne peut être blâmé dans cette défaite. Tristan Boileau a repoussé 50 tirs, ce qui lui a valu la deuxième étoile de la rencontre. Deuxième revers en trois sorties jusqu'ici cette saison pour l'équipe de Marc-Alain Bégin face à Timmins, et chaque fois par le pointage de 3 à 2.

Jacks 2
Beavers 6

Samedi soir dernier, l'équipe de l'heure dans la section Est de la LHJNO était de passage à Hearst devant les Jacks et une foule partisane de 656 spectateurs. Les Voodoos de Powassan ont dominé d'un bout à l'autre de la partie et triomphé par le pointage de 6 à 2. Après 35 minutes de jeu, le pointage indiquait 4 à 0 pour les visiteurs. Les Bucherons ont obtenu un premier filet par l'entremise de Liam Boswell (6e) au deuxième tiers en avantage numérique pour réduire l'écart à trois buts. En période finale, les Voodoos ont repris, dès la deuxième minute de jeu, la priorité de quatre buts. Les

Jacks marqueront une dernière fois dans cette partie, à la neuvième minute de jeu, par le biais de Jack Nolan (5e), et les visiteurs profiteront d'une cage abandonnée pour sceller l'issue de la joute.

EN COULISSE... Avec une soirée de quatre points (3b-1a) Reyth Smith fut sélectionné à juste titre la première étoile de la rencontre, devant le gardien des Voodoos, Daniel Dirracollo, (48 arrêts sur 50 tirs) et le cerbère Russ Decoste des Lumberjacks qui a bloqué 46 des 51 tirs ennemis.

L'attaque des Bucherons est en panne depuis le début du mois d'octobre avec seulement 20 buts marqués et 37 filets alloués aux adversaires. En 16 joutes cette saison, l'Orange et Noir a marqué 60 buts, mais en a accordé 66 aux adversaires d'où la fiche actuelle de six victoires, huit défaites, une défaite en prolongation et une autre en tirs de barrage.

Les deux prochaines parties clôtureront un mois d'octobre difficile. Les Jacks joueront contre le Storm d'Iroquois Falls (fiche 5v-12d) ce soir (jeudi) au Jus Jordan Arena d'Iroquois Falls et demain, vendredi, au Centre récréatif Claude-Larose avec le match retour contre ces mêmes Storm.



Photo : hearstlumberjacks.com

Division Est							Division Ouest						
	PJ	G	P	P	T	PTS		PJ	G	P	P	T	PTS
1- Powassan, Voodoos	16	11	4	0	1	23	1- Soo, Eagles	16	12	3	0	1	25
2- Timmins, Rock	16	9	6	1	0	19	2- Soo, Thunderbirds	18	11	4	2	1	25
3- Hearst, Lumberjacks	16	6	8	1	1	14	3- Grand Sudbury, Cubs	16	12	4	0	0	24
4- Kirkland Lake, Gold Miners	17	4	10	2	1	11	4- Espanola, Paper Kings	16	11	5	0	0	22
5- Iroquois Falls, Storm	17	5	12	0	0	10	5- Blind River, Beavers	17	11	6	0	0	22
6- Riv. des Francais, Rapides	16	2	14	0	0	4	6- Elliot Lake, Vikings	15	4	8	1	2	11

Selon la LJHNO, 26 octobre 2023

MATCH
À NE PAS MANQUER
CE VENDREDI
27 OCTOBRE
19h

Scannez pour voir
notre circulaire
numérique com-
plète



Independent™

Your Independent Grocer

PRIX DE LA CIRCULAIRE EN VIGUEUR DU JEUDI 26 OCTOBRE AU MERCREDI 1ER NOVEMBRE 2023

Obtenez
6 000 (+ optimum)

Valeur 6 \$

pour chaque 30 \$*
dépensé sur
Tylenol enfants ou
adultes contre la
douleur ou contre la
toux et le rhume
formats et variétés
sélectionnés

20336737_EA/21405457_EA

2,49 \$
Prix de membre

3,49 \$
Prix non membre

Rabais membre 1 \$

Barres granola Quaker Dippis
ou Chewy
variétés sélectionnées
120-156 g
21518479_EA/21012172_EA

11,99 \$
Prix de membre

19,99 \$
Prix non membre

Rabais membre 2 \$

Hershey's Halloween sans
cacahuètes ou chocolats assortis
variétés sélectionnées
(100-125)
21531644_EA/21531646_EA

1,99 \$
Prix de membre

2,99 \$
Prix non membre

Rabais membre 1 \$

Tablettes de chocolat
Cadbury Dairy Milk
variétés sélectionnées
(85-100)
2024241001_EA/20322193001_EA

4⁹⁹ lb

Côtelettes d'épaule
d'agneau
11,00/kg
21550513_KG

7⁹⁹ lb

PC® Grosses
crevettes blanches
du Pacifique crues
Zipperback® 31-40 par
lb 400 g ou Marina
Del Rey crevettes
sauvages d'Argentine
crues faciles à
épécher 20/30 par lb
300 g congelées
20788888_EA

7⁹⁹ lb

fait en
magasin

Escalopes de porc
désossées panées
préparées en magasin
17,62/kg
21447296_KG

2⁴⁹ lb

refroidi à l'air

Poulet entier PC®
réfrigéré à l'air
5,49/kg
20089413_KG

7⁹⁹ lb

Filets de tilapia frais ASC
17,62/kg
Produits de la mer frais sous
réserve de disponibilité
20897812_KG

1⁹⁹ 3 lb du sac

Carottes ou oignons
jaunes Farmer's Market™
produit de l'Ontario
sac de 3 lb
20600927001_EA/20811994001_EA

2⁹⁹

Mures ou framboises
produit du Mexique ou des É.-U.
de qualité supérieure
170 g
20051015001_EA/20128938001_EA

7⁸⁸ lb

**ACHAT INDISPENSABLE
26 au 29 octobre
SOLDE
RABAIS 6,11 \$ LB**

Steak de contre-filet
à griller
format familial
bœuf de qualité Canada AA
ou USDA Select ou
supérieure
17,37/kg
20958377_KG

2/\$8
Moins
de 2
4,49 \$ chaque

Chips tortilla
Doritos, snacks
au fromage
Cheetos ou
chips de
pomme de terre
Miss Vickie's
variétés sélectionnées
155-300 g
21240628_EA/21370169_EA

2/\$6
Moins
de 2
3,49 \$ chaque

Crème sure
500 mL ou
fromage à
la crème
sans nom®
227-300 g g
variétés sélectionnées
21240628_EA/21370169_EA

4⁹⁹

Ben & Jerry's
473 mL ou barres
Magnum (3-4) ou
dessert Halo Top
473 mL
variétés sélectionnées
21428403_EA/20950739_EA

5⁹⁹

Pillsbury
Pizza Pops, Bites
693-760 g ou
Uncrustables (4)
variétés sélectionnées
21435931_EA/21543057_C04

**SOLDE
RABAIS 1,50 \$**

4⁹⁹

Café instantané
Nescafé ou
Taster's Choice
variétés sélectionnées
100-170 g
20661811001_EA/20873036_EA

3⁹⁹

Noix 100 g ou huile
végétale 946 mL
sans nom®
variétés sélectionnées
20127455001_EA/20768660_EA

**RABAIS DE 98 ¢
QUAND VOUS EN ACHETEZ 2**

2/\$9
Moins
de 2
4,99 \$ chaque

Eau gazeuse
PC® Menu bleu®
ou PC®
variétés sélectionnées
12x355 mL
20668034002_C01/21306051_C01

**SOLDE
RABAIS 2 \$**

18⁹⁹

Boissons énergétiques
Powerade
24x591 mL
20854130_C24