



JOURNAL
LE NORD

HEARST, le jeudi 22 mai 2025



**UN PLAN POUR
PROTÉGER
L'ONTARIO**

**PAGE
2**

PAGE 9



**NOS ARCHIVES
À L'HONNEUR
À HEARST, LE CAGZA FAIT
RAYONNER NOTRE PATRIMOINE
ET REÇOIT UN PRIX NATIONAL**

DEVENEZ MEMBRE

DES MÉDIAS DE L'ÉPINETTE NOIRE

ET COUREZ LA CHANCE DE GAGNER :

- **2 vélos électriques** offerts par



Lebel Chainsaw - Valeur **6000 \$**

- **2 chaises berçantes** fabriquées par

Gérard Payeur, artisan - Valeur **1500 \$**

- **500 \$** en **cartes Radio Bingo!**

- **et plusieurs prix pour les enfants!**

LE TIRAGE AURA LIEU CE VENDREDI 23 MAI LORS D'UN 4 À 6 AUX MÉDIAS DE L'ÉPINETTE NOIRE!
Passez au 1004 rue Prince pour devenir membre!



Vol.50 - N° 5-2,86 \$ +TPS

LES
Médias
de l'épinette noire

10 % de rabais
au Rest-O-Poutine

les lundis et mardis
avec la carte de membre!

**L'ONTARIO INVESTIT 3,1 MILLIARDS DE DOLLARS POUR SOUTENIR LES PARTENARIATS
AUTOCHTONES DANS LE DÉVELOPPEMENT DES MINÉRAUX CRITIQUES**



**LE NORD DE L'ONTARIO
AU CŒUR DE
LA STRATÉGIE
ÉCONOMIQUE**

**À LIRE
EN
PAGE
3**

ESTHÉTIQUE D'AUTO

Ford LECOURSMOTORSALES

CHOIX DE FORFAITS

lavage intérieur & extérieur



LECOURS MOTOR SHINE
GET A SHINIER ROOM SHINE, EVERY TIME!

Services personnalisés
90\$ de l'heure

- ✓ Extra boueux
- ✓ Enlèvement des poils d'animaux
- ✓ Shampooing du moteur
- ✓ Élimination des odeurs
- ✓ Polissage de la peinture
- ✓ Réparation de bosses sans peinture



✓ prix sur demande pour bateau, ponton, VR et camion remorque



POURQUOI NOUS CHOISIR?

- ✓ Nous offrons un service de lavage pour **toutes les marques de voitures!**
- ✓ Professionnel, rapide et soigné. Confiez-nous votre véhicule pour un nettoyage impeccable.

Appelez-nous pour faire votre rendez-vous dès maintenant !!

Ou demandez au conseiller en service quel forfait convient le mieux à votre véhicule

Hearst
705.362.4011



À partir de
189.95 \$



Le forfait comprend

- ✓ Plastique intérieur essuyé pour enlever la poussière
- ✓ Aspirer la saleté des sièges et du tapis



À partir de
279.95 \$

www.lecoursmotorsales.ca

Présentation du budget de 2025 du gouvernement Ford

Par Renée-Pier Fontaine

Le ministre des Finances de l'Ontario, Peter Bethlenfalvy, a dévoilé la semaine passée le budget de 2025 intitulé Un plan pour protéger l'Ontario. Dans un contexte marqué par l'instabilité économique mondiale et l'imposition de tarifs douaniers par les États-Unis, ce budget propose une série de mesures destinées à soutenir les travailleuses et travailleurs, les entreprises et l'économie de la province.

Le plan s'inscrit dans l'objectif plus large du gouvernement, qui vise à faire de l'Ontario l'endroit le plus concurrentiel du G7 pour l'investissement, la création d'emplois et les affaires, tout en renforçant les services essentiels comme la santé et l'éducation.

Selon le ministre Bethlenfalvy, ce budget reflète l'engagement du gouvernement à protéger la population ontarienne et à jeter les bases d'une économie plus forte, plus résiliente et plus concurrentielle. Il souligne également que la situation financière de la province est la plus solide depuis plus de dix ans, comme en témoignent les deux hausses de la cote de crédit enregistrées en 2024. Le gouvernement maintient un cap jugé prudent et responsable, en visant un retour à l'équilibre budgétaire

d'ici 2027-2028.

Le budget propose plusieurs mesures phares. Il prévoit notamment un investissement de 500 millions de dollars pour la création d'un Fonds pour le traitement des minéraux critiques, afin de stimuler l'investissement dans la transformation locale de ces ressources et de renforcer l'expertise ontarienne dans ce secteur stratégique. Le soutien aux partenariats autochtones est également renforcé, avec un triplement du montant alloué au Programme de financement pour les initiatives autochtones, porté à 3 milliards de dollars, et un élargissement de l'admissibilité à des secteurs comme l'énergie, l'exploitation minière et les pipelines. Par ailleurs, le gouvernement consacre 70 millions de dollars sur quatre



Doug Ford et Peter Bethlenfalvy, ministre des Finances, lors d'une allocation au cours des dernières semaines Photo : Peter Bethlenfalvy/Facebook

ans à l'amélioration de la capacité des communautés autochtones à participer aux processus règlementaires, et 10 millions sur trois ans pour appuyer les étudiants des Premières Nations souhaitant faire carrière dans le domaine des ressources naturelles.

Sur le plan industriel, le budget propose d'élargir et de bonifier le crédit d'impôt pour l'investissement dans la fabrication en Ontario. Le taux passerait temporairement de 10 % à 15 % pour les sociétés privées sous contrôle canadien et inclurait une version non remboursable pour d'autres sociétés, permettant aux entreprises de bénéficier d'un allègement fiscal évalué à 1,3 milliard de dollars sur trois ans.

Afin de soutenir les secteurs touchés par les perturbations économiques, le gouvernement crée le compte Protéger l'Ontario, un fonds pouvant atteindre cinq milliards de dollars destiné à appuyer les entreprises dans leur adaptation, à protéger les emplois et à intervenir rapidement en cas d'urgence.

Le budget prévoit également un investissement additionnel d'un milliard de dollars sur trois ans dans le Fonds de développement des compétences, portant le total à 2,5 milliards. Cette enveloppe vise à moderniser les centres de formation, à en construire de nouveaux et à offrir aux travailleurs des métiers spécialisés une formation adaptée aux besoins des secteurs en croissance.

D'autres mesures visent les ménages ontariens directement. Le gouvernement propose de rendre permanentes les réductions de taxes sur l'essence et les

carburants, ce qui représenterait une économie moyenne de 115 dollars par an pour les familles. Les péages sur l'autoroute 407 Est, propriété de la province, seront définitivement supprimés, permettant aux navetteurs de réaliser des économies estimées à environ 7200 dollars par an.

Enfin, l'Ontario poursuit ses efforts en matière d'infrastructure avec un plan d'immobilisations record de plus de 200 milliards de dollars sur dix ans, dont 33 milliards pour l'année 2025-2026. Ce plan comprend près de 30 milliards pour les routes, 61 milliards pour les transports en commun, 56 milliards pour les infrastructures de santé et plus de 30 milliards pour la construction d'écoles et de places en services de garde.

Le ministre Bethlenfalvy a rappelé que la province avait déjà surmonté des périodes difficiles par le passé et qu'elle entend aujourd'hui poser les fondations d'une croissance durable. Le budget, dit-il, illustre la vision du gouvernement et sa volonté de protéger les travailleurs, les entreprises et les collectivités.

Sur le plan financier, le déficit de l'Ontario est estimé à 6,0 milliards de dollars en 2024-2025, soit 3,8 milliards de moins que ce qui avait été anticipé dans le budget précédent. Les déficits projetés sont de 14,6 milliards pour 2025-2026 et de 7,8 milliards pour 2026-2027, avant un retour à un excédent de 0,2 milliard en 2027-2028. La croissance du PIB réel est estimée à 0,8 % en 2025, après une hausse de 1,5 % en 2024. Le ratio de la dette nette au PIB devrait atteindre 37,9 % en 2025-2026.

**Vous êtes à un « Splash! »
DU PLUS BEL ÉTÉ DE VOTRE VIE!**

On fait l'installation!
Nous avons tous les produits d'entretien, on teste la qualité de votre eau, et on vous offre le service de maintenance et de réparation.

Faites vite!
nos places pour les installations de piscines sont limitées

Découvrez nos modèles de piscine!
Discutez avec des experts!

705 372-9000 / straightlineplumbingandmechanical.com

Les communautés autochtones joueront un rôle clé dans l'exploitation des minéraux critiques

Par Renée-Pier Fontaine

Le gouvernement de l'Ontario a dévoilé un investissement de 3,1 milliards de dollars destiné à appuyer la participation autochtone dans le développement de la chaîne d'approvisionnement en minéraux critiques de la province. Cette initiative s'inscrit dans le cadre du budget 2025 et du plan gouvernemental visant à renforcer l'autonomie économique de l'Ontario tout en soutenant la croissance durable dans le Nord.

L'investissement comprend des prêts, des subventions et des bourses d'études visant à encourager la participation et la propriété autochtones dans le secteur des minéraux critiques, considéré comme stratégique pour l'économie verte et la sécurité énergétique.

Parmi les mesures annoncées

Le triplement du financement accordé par le Programme de financement pour les initiatives autochtones passera à trois milliards de dollars. Ce programme élargit désormais son soutien au-delà du secteur de l'électricité pour inclure les projets liés à l'exploitation minière, à l'énergie et aux pipelines.

Un montant de 70 millions de dollars sur quatre ans sera investi dans le Fonds pour la participation des Autochtones afin de renforcer les capacités des communautés situées dans des régions à forte activité minière, notamment en matière de participation aux processus réglementaires et de consultation.

Un soutien de 10 millions de dollars sur trois ans sera offert sous forme de bourses d'études pour les étudiants postsecondaires

des Premières Nations souhaitant poursuivre une carrière dans le secteur des ressources.

Le ministre des Finances, Peter Bethlenfalvy, a souligné que cet engagement vise à positionner l'Ontario comme un acteur central dans la mise en valeur des minéraux critiques à l'échelle mondiale. « En investissant dans l'extraction et le traitement local de ces ressources en collaboration avec les communautés autochtones, nous contribuons à protéger l'économie, les travailleurs et les collectivités de la province », a-t-il déclaré.

De son côté, Greg Rickford, ministre des Affaires autochtones, a insisté sur l'importance de l'inclusion des Premières Nations dans les grands projets de développement. « Ces investissements renforcent les partenariats économiques et communautaires et permettent aux jeunes Autochtones de se préparer à des emplois durables dans un secteur en plein essor », a-t-il affirmé.

Le ministre de l'Énergie et des Mines, Stephen Lecce, a également indiqué que cette stratégie vise à stimuler la prospérité dans les grands centres du Nord de l'Ontario, notamment Thunder

Bay, Sault Ste. Marie, Sudbury, North Bay et Timmins.

L'Ontario se classe parmi les principales juridictions mondiales en matière d'exploration minière, avec des gisements importants de nickel, cuivre, cobalt et lithium —

des minéraux essentiels à la fabrication de technologies propres telles que les véhicules électriques. La région du Cercle de feu, au nord de Thunder Bay, figure parmi les zones de plus grand potentiel de développement.

Le gouvernement a récemment présenté deux projets de loi visant à réduire les obstacles réglementaires et à favoriser la mobilité de la main-d'œuvre dans l'ensemble du pays, afin de stimuler les investissements en infrastructure et ressources naturelles.

LE CHAUD
ESCH

SOIRÉE MUSICALE

LE CHAUD

ÉCOLE SECONDAIRE
CATHOLIQUE DE HEARST

LES PORTES OUVERT À 19H00
10\$/BILLET
GRATUIT POUR LES 12 ANS OU MOINS

LE 29 MAI 2025

JOURNAL
LE NORD

Publicités :
705 372-1011
vente@hearstmedias.ca
www.lenord.ca

REAL ESTATE HUB

ENCADREMENT • CONNAISSANCE • DÉVOUEMENT
NOTRE PROMESSE POUR VOUS

(613)-707-5146

@exprealestatehub

www.exprehub.com

JOURNAL LE NORD

ÉQUIPE

Steve Mc Innis, directeur général et éditeur
smcinnis@hearstmedias.ca

Manon Longval, ventes
vente@hearstmedias.ca

Lignes agates marketing, ventes nationales
anne@lignesagates.com 1 866 411-7487

Renée-Pier Fontaine, journaliste
rfontaine@hearstmedias.ca

Ndery Dione, journaliste pigiste

Guy Morin, journaliste sportif
guymorin72@gmail.com

Gilles Péloquin, journaliste sportif
gpelo1951@hotmail.com

Maurice Lepage, maquettiste/graphiste
pub@hearstmedias.ca

Annabelle Grondin, réception et distribution
info@hearstmedias.ca

Julie Pelletier, comptabilité
jpelletier@hearstmedias.ca

Francine Lacroix, employée de soutien
flacroix@hearstmedias.ca

Anouck Guay, webmestre
web@hearstmedias.ca

Claire Forcier, réviseure bénévole

Marc Bédard, chroniqueur

Site web : lenord.ca

Facebook : C'INN à Hearst

Journal Le Nord

1004, rue Prince, C.P. 2648
Hearst (ON) POL 1N0
705 372-1011



Le Nord est géré par les Médias de l'épINETTE noire

Les Médias de l'épINETTE noire est un organisme sans but lucratif gérant le journal Le Nord, la radio CINN 91,1 et leurs plateformes web, appuyé par un conseil d'administration.

Gérard Payeur, président
Suzanne Dallaire Côté, vice-présidente
Lise Camiré Laflamme, trésorière
Paul Baril, administrateur
Julie Charbonneau, administratrice

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 canadien, par l'entremise du Fonds du Canada pour les périodiques servant à nos activités d'édition.



Notez que le journal Le Nord utilise l'orthographe rectifiée et le programme Antidote 10.

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.

Communiquez avec l'équipe par téléphone ou passez nous voir au bureau lors des heures d'accueil, soit du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30. Nous sommes fermés les samedis et dimanches.

réseau presse
médias professionnels de l'Info locale

FIER MEMBRE

Le Nord est publié depuis mars 1976.
Il est passé aux mains des Médias de l'épINETTE noire en mai 2016.

ISSN 1199-0805 Canada

Quand on ne savait plus à quel pape se vouer

Oui, le nouveau pape Léon XIV est un Américain. Né à Chigaco. Mais ses origines sont multiples. Il a une ascendance espagnole, mais surtout beaucoup d'ancêtres créoles, de la Louisiane, et même de lointains aïeules français. La dernière fois que les mots « pape » et « français » pouvaient se lire dans une même phrase, c'était il y a... près de 650 ans.

Le dernier pape français a été élu à une époque très perturbée de l'Église catholique, lors de laquelle deux papautés se disputaient la légitimité de la succession de saint Pierre.

Cette période a été nommée le « grand schisme d'Occident », en référence à une autre rupture, permanente celle-là, soit celle du « grand schisme d'Orient », en 1054, qui a vu la séparation de l'Église catholique romaine et de l'Église orthodoxe grecque. Pour bien comprendre le schisme d'Occident, il faut explorer la période qui l'a précédée, soit la papauté d'Avignon, une autre période très particulière de l'Église, lors de laquelle les papes étaient français et le siège du pouvoir pontifical n'était plus à Rome, mais dans le sud de la France.

Entre Rome et Avignon

Sept papes français vont se succéder entre 1305 et 1378. Le premier de cette lignée, Clément V, arrive après des années de conflits acerbes entre le roi de France Philippe le Bel et le pape Boniface VIII.

Clément V refuse de gagner Rome, où règne le chaos. Il tient une cour itinérante dans le sud de la France pendant tout son pontificat. Son successeur, Jean XXII, est celui qui installe le siège de la papauté à Avignon.

Les sept prélats français qui se succéderont à Avignon sont des papes légitimes, mais qui dirigent l'Église catholique depuis la France au lieu de Rome. Au fil des pontificats, un véritable palais sera érigé, agrandi et fortifié à Avignon.

Le sixième de ces papes, Urbain V, décide de ramener la papauté à Rome, mais une reprise des conflits avec la France le pousse à revenir à Avignon.

Son successeur, Grégoire XI, dernier pape français, choisit lui aussi de retourner à la Ville éternelle pour diriger l'Église catholique, malgré l'opposition du roi de France et de la majorité des cardinaux. Mais ce retour ne sera pas heureux, et Grégoire XI prendra la décision de regagner Avignon. Il mourra cependant avant même de quitter la Ville éternelle.

À sa mort, en 1378, l'élection d'un premier pape italien depuis 75 ans, Urbain VI, irrite au plus haut point les cardinaux français, qui ont grandi en nombre et en influence pendant la papauté d'Avignon. Ils élisent la même année un autre pape, le Français Clément VII.

De un à deux

Le schisme d'Occident débute. Pendant les 40 années qui suivent, il y aura donc deux papes à la fois — un à Avignon et un à Rome —, qui s'excommunieront mutuellement.

Les papes siégeant à Avignon pendant cette période seront considérés par l'Église comme des « antipapes ».

À cette rupture au sein de l'Église catholique s'ajoute une division de toute l'Europe de l'Ouest. Dans le camp d'Avignon se trouvent évidemment la France et le royaume de Naples, soit le sud de l'Italie actuelle,

sur lequel règnent des Français, ainsi que la Castille, l'Écosse, la Lorraine, l'Autriche et le Luxembourg.

Les papes de Rome peuvent quant à eux compter sur les royaumes de l'Italie du Nord, de Hongrie, de Pologne, d'Angleterre et des Flandres.

Le premier antipape à Avignon, Clément VII, tente en vain de renverser son rival à Rome, Urbain VI. Quand ce dernier meurt en 1389, ses cardinaux élisent un nouveau pape qui siège à Rome.

Cinq ans plus tard, en 1394, c'est au tour de Clément VII de rendre l'âme. Lui succède Pedro de Luna, né au royaume d'Aragon, qui prend le nom de Benoît XIII.

Celui-ci promet de mettre fin au schisme et même de renoncer à la papauté pour y arriver, mais il persiste à rester en poste. Il se met à dos la France et ses alliés. Assiégé, il quitte Avignon en mars 1403 pour regagner sa patrie.

De deux à trois

La situation en reste là jusqu'à ce qu'un important groupe de cardinaux, souhaitant ramener la paix dans l'Église, se rencontrent à Pise pour un concile en 1409.

Cette assemblée « démet » les papes de Rome et d'Avignon et élit un nouveau pape, Alexandre V. Mais les deux autres pontifes refusent de renoncer à la tiare. On se retrouve donc avec trois papes. Jamais deux sans trois, dit le dicton.

Alexandre V lève des troupes pour s'emparer de Rome et chasser le pape déchu. Il y parvient en 1410, mais préfère s'installer à Bologne, où il meurt.

Il est suivi par Jean XXIII, que l'on soupçonne d'avoir fait empoisonner son prédécesseur. Ces deux pontifes seront appelés « papes de Pise » et seront également considérés comme des antipapes.

Alors que l'Église semble courir à sa perte, l'empereur romain germanique Sigismond 1er prend les choses en main. Il se substitue au Sacré Collège et convoque un concile à Constance, dans l'Allemagne actuelle, qui s'amorce en 1414 et qui durera quatre ans.

Les actions sont cependant rapides et décisives. Proclamant sa supériorité au pape, le concile décide de la destitution du pape de Rome et des deux antipapes d'Avignon et de Pise.

Au printemps 1415, les trois papes en poste vont tous s'écarter. Jean XXIII, pape de Pise, sent arriver la fin forcée de son pontificat et tente de fuir, mais il est arrêté et déposé.

À peu près au même moment, le pape de Rome Grégoire XII est forcé de démissionner.

Sigismond 1er envoie ses troupes en Aragon pour écraser les partisans de Benoît XIII, qui finalement décide de renoncer à son rôle.

À l'automne de 1417, le concile de Constance nomme Oddone Colonna seul pape.

Et de trois à un

L'arrivée de Martin V met fin au schisme, à une exception près. Les antipapes d'Avignon et de Pise ne figureront pas dans la liste formelle de succession de l'évêque de Rome. D'autres papes adopteront leur nom, comme ce fut le cas de Jean XXIII à la fin des années 1950.

Comme si ces antipapes n'avaient jamais existé...

Marc Poirier,
Francopresse

PPO en bref

Par Renée-Pier Fontaine

Défaillance mécanique sur la route 11 : un conducteur commercial et son entreprise font face à plusieurs accusations

Un incident survenu le lundi 12 mai 2025 sur la route 11, à Mattice-Val Côté, a mené à une série d'accusations portées contre un conducteur de véhicule utilitaire de 27 ans et l'entreprise qui l'emploie. Vers 17 h 30, un agent du détachement de la Baie James de la Police provinciale de l'Ontario (PPO) en patrouille dans le secteur, a vu un véhicule utilitaire perdre ses deux roues, qui ont traversé la route.

L'agent est rapidement intervenu, procédant à un contrôle routier et maîtrisant un début d'incendie causé par l'incident. L'inspection subséquente a révélé une défaillance complète du moyeu de l'essieu avant du côté passager de la remorque, à l'origine de l'incendie et de la séparation des roues.

À la suite de l'enquête, le conducteur, un résident de Brampton, a été inculpé de plusieurs infractions, notamment la conduite d'un véhicule utilitaire présentant une défectuosité majeure, l'omission de remplir correctement le rapport d'inspection quotidienne, la séparation de roues d'un véhicule utilitaire, la conduite d'un véhicule dont une partie s'est détachée, ainsi que l'absence d'identification sur le véhicule.

L'entreprise propriétaire du véhicule, une société incorporée établie à Mississauga, fait également face à des accusations. Elle est poursuivie pour séparation de roues sur un véhicule automobile commercial, conduite d'un véhicule commercial avec une pièce détachée, et défaut de s'assurer du respect des normes de rendement.

Le conducteur est attendu devant la Cour de justice de l'Ontario, division des infractions provinciales, le 15 juillet 2025 à Hearst.



Camion en question arrêté à Mattice-Val Côté Photo : PPO/web

85 mandats exécutés lors d'une opération policière régionale

La Police provinciale de l'Ontario (PPO) du détachement de la Baie James a mis fin à une initiative ciblée d'application de la loi axée sur l'exécution des mandats d'arrestation et le respect de la loi par les contrevenants dans la région. L'initiative sur les mandats de la Baie James s'est déroulée du 20 au 25 avril 2025 à Cochrane, Kapuskasing et Hearst, puis du 5 au 10 mai 2025 à Moosonee et Moose Factory. L'initiative a permis l'exécution de 85 mandats d'arrêt et le dépôt de plusieurs nouvelles accusations liées à des violations de la liberté sous caution.

Les agents ont également effectué de nombreux contrôles de conformité, renforçant ainsi les efforts de sécurité publique et garantissant le respect des conditions imposées par le tribunal.

Mars



Mai



AVIS D'APPLICATION D'HERBICIDE

Par la présente, Hydro One Networks Inc. — Services forestiers informe qu'elle entreprendra des travaux de dégagement de lignes forestières dans votre secteur. Ces travaux comprendront le traitement sélectif de la végétation indésirable qui, si elle n'est pas contrôlée, pourrait croître jusqu'aux conducteurs. Tous les efforts seront faits pour conserver la végétation basse compatible, ce qui contribuera à réduire les besoins futurs en entretien.

Circuit : H2N

Lieu des travaux : Kendal, Casgrain, Hanlan, Stoddart, Studholme, Gill, McMillan

Période d'application : du 26 mai au 9 octobre 2025

Nom commercial des pesticides : Navius et Garlon RTU

Principes actifs : Metsulfuron-méthyle + Aminocyclopyrachlor, Triclopyr

Numéros d'enregistrement en vertu de la Loi sur les produits antiparasitaires : 30922, 29334

Nom du parasite ciblé : Végétation indésirable (re-pousses d'arbustes et drageons provenant de souches)

Pour toute question ou préoccupation, veuillez contacter les Services forestiers d'Hydro One au 1-866-898-5310.

TOUS LES PROPRIÉTAIRES TOUCHÉS SERONT CONTACTÉS

hydro one

Des coupes budgétaires à venir en Ontario

Par Émilie Gougeon-Pelletier / IJL – Réseau.Presse – Le Droit

Le ministre des Finances, Peter Bethlenfalvy, prévoit de nombreux investissements dans les entreprises de la province pour faire face aux droits de douane américains, mais aussi des coupes importantes, notamment dans le secteur de l'éducation postsecondaire, dans son budget annuel déposé jeudi.

« Au lieu de choisir un avenir où les travailleurs et leurs familles peuvent progresser, le gouvernement a raté la cible avec un budget rempli de coupes et sans nouveaux investissements dans les services sur lesquels les gens comptent », a réagi la porte-parole de l'Opposition officielle en matière de finances à Queen's Park, Jessica Bell.

Alors que de nombreux collèges à travers la province sont confrontés à une crise financière croissante alimentée par le plafond fédéral imposé aux étudiants internationaux, le gouvernement Ford réduit son budget postsecondaire pour les années à venir.

Les dépenses consacrées à l'enseignement postsecondaire passeront de 14,2 milliards de dollars cette année à près de 13 milliards de dollars en 2025-2026.

Le financement de base du ministère

des Collèges et Universités devrait être réduit de 890,3 millions de dollars entre 2023-2024 et 2025-2026.

L'aide financière réservée aux étudiants devrait quant à elle passer de 1,89 milliard de dollars cette année à 1,52 milliard de dollars, l'an prochain.

« Ils traversent une période d'adaptation, et c'est pourquoi nous les soutenons », a déclaré le ministre Bethlenfalvy. « Nos collèges, nos universités, nos métiers spécialisés représentent un avantage concurrentiel dont nous disposons. »

Plus tôt cette année, le Conseil des universités de l'Ontario prévoyait une baisse de revenus de 600 millions de dollars pour 2025-2026 et a averti que la province risquait de mettre le bassin de diplômés universitaires dont les employeurs de demain auront besoin à sec.

Bien que la province ait annoncé un financement temporaire de 1,3 milliard de dollars pour le secteur, le Conseil des universités affirme que ce montant doit être doublé et intégré aux dépenses de base permanentes pour que le secteur se stabilise, sans quoi les universités devront réduire considérablement leurs offres aux étudiants.

L'organisme réclame maintenant « un financement accru » et une « révision du gel actuel des frais de scolarité ».

Le ministre des Finances a aussi noté l'augmentation de 20 500, par son gouvernement, du nombre de places dans les programmes de sciences, la technologie, l'ingénierie et les mathématiques en Ontario. Le budget consacre deux-milliards de dollars à des subventions d'investissement pour moderniser les installations d'éducation postsecondaire.

Il prévoit également 207 millions de dollars pour un volet spécifique des infrastructures de recherche du Fonds pour la recherche en Ontario pour aider la province à attirer des talents internationaux.

Autres secteurs touchés

Le secteur des services à l'enfance

et des services sociaux et communautaires verra aussi une baisse de son financement au cours de l'année à venir, de même que le ministère du Procureur général.

Lutte contre les incendies de forêt

Le ministère des Richesses naturelles aura vu ses charges passer d'un milliard de dollars cette année à 875,4 millions de dollars, l'an prochain, selon le budget du ministre Bethlenfalvy. Au sein de ce ministère, l'argent réservé à la lutte contre les incendies de forêt diminuera aussi. L'an dernier, le gouvernement Ford investit 203 millions de dollars pour vaincre les feux qui ont fait rage à travers les forêts de la province.

Cette année, ce montant est passé à 177 millions de dollars, et le ministre des Finances prévoit qu'il sera à nouveau réduit, lors de l'année à venir, pour atteindre 135 millions.

« Le gouvernement ne comprend pas le sérieux de la crise climatique », a déploré le chef du Parti vert, Mike Schreiner, notant que les événements météorologiques extrêmes comme les inondations, les incendies de forêt et les tempêtes de verglas seront « de plus en plus fréquents », mais que le gouvernement y apporte « de moins en moins » d'attention.

Demande-nous comment tu peux remporter

10 000 \$!



 Caisse Alliance
caissealliance.com

 JOURNAL LE NORD



Vous cherchez une façon DE VOUS DISTINGUER?

PENSEZ À NOS VERSIONS WEB ET PAPIER!

Nos spécialistes en solutions médias sauront vous guider grâce à leur savoir-faire éprouvé.
Parole de Pitou, on vous remarquera à tout coup!

La joute politique à l'heure d'Instagram et des mèmes

Par Isabelle Burgun / Agence Science-Press

La récente campagne électorale fédérale l'a montré : les politiciens passent de plus en plus par les réseaux sociaux pour rejoindre les citoyens. « Cela encourage l'approche d'une information plus divertissante, avec des mèmes partisans et des messages personnalisés », explique la doctorante en science politique Colleen McCool, de l'Université Concordia.

La coorganisatrice du colloque de l'ACFAS sur L'infodivertissement comme paradigme de communication politique contemporaine, qui avait lieu lundi à Montréal, relève que les partis politiques fonctionnent selon la logique des plateformes, et non plus celle des médias traditionnels.

Bien qu'ils ne délaissent pas les émissions de variétés comme *Tout le monde en parle* ou *La semaine des 4 Julie*, les politiciens façonnent de plus en plus leur image publique en suivant les codes des TikTok et autres Instagram.

La doctorante constate ainsi une personnalisation dans la présentation des chefs, comme on l'a constaté avec le changement d'image de Pierre Poilievre, du Parti conservateur : « un politicien plus doux et plus humain avec de nombreuses expositions de sa famille et même des révélations sur sa fille lors d'un balado », dit la chercheuse.

Les mèmes partisans représentent par ailleurs une stratégie de plus en plus populaire. Quatre des cinq principaux chefs s'y sont adonnés, ajoutant ainsi une touche d'humour et de proximité avec la caméra très proche de leur visage.

Il faut noter aussi la montée des médias alternatifs et de ce qu'on appelle les « news influenceurs » : toutes sortes de personnes qui présentent des nouvelles électorales sur des sites consacrés au *gaming* ou au *chat*. « Plusieurs chefs invités y ont répondu favorablement », note la chercheuse.

Place aux stratégies algorithmiques

Les stratèges politiques cherchent à tirer le meilleur avantage de l'algorithme et ce faisant, se soumettent à la gouvernance des grandes compagnies numériques. « Ce sont elles qui imposent ou bloquent certains types de contenus, comme Meta qui, au Canada, n'autorise plus les médias d'information » sur Facebook et Instagram, ajoute Mme McCool.

Cette communication mise sur le design et la culture des réseaux sociaux, dans une forme pensée par

les fonctionnalités de la plateforme — mais sans trop en comprendre tous les dessous, puisque tout ce qui relève de l'algorithme est un secret d'entreprise.

« La moitié des nouvelles se plie donc plus au divertissement sur ces plateformes », souligne son collègue de l'Université Concordia, Robert Marinov. Il y a une priorisation de l'engagement qui facilite l'infodivertissement — obéissant plus à la logique de marché qu'à l'information.

C'est ce qu'a constaté l'étudiante au doctorat en science politique à l'Université Laval, Camille Arteau-Leclerc. Elle a analysé les publications sur Instagram des cinq principaux partis politiques et des six chefs au cours des élections québécoises de 2022. Ses travaux, encore préliminaires, confirment que l'arrivée des réseaux sociaux vient modifier le contenu des messages. « On cherche à influencer le vote avec la construction d'une image basée sur les émotions et les raccourcis décisionnels (liés à l'affect, à la sensibilité), ce qui est un bon vecteur pour véhiculer leur message sur ces plateformes. »

Jusque dans les jeux vidéos

Les chercheurs observent un virage politique jusque sur les plateformes de *streaming* de jeu en ligne, telles que Twitch, Kick, Rambo, Discord ou Facebook Gaming. L'exemple le plus connu est le joueur (*gamer*) Hasan Piker ou HasanAbi, qui joue peu mais publie beaucoup de contenu politique.

Même un usager qui n'est là que pour jouer peut difficilement éviter ce type de contenu. « Si on passe une après-midi, on ne peut pas y échapper », soutient l'étudiant au doctorat en communication de l'Université Concordia, Francis Léveillé.

Il a pu observer ce type de communication entre l'automne 2023 et mai 2024, avec la diffusion en direct, sur Twitch et Instagram, des mouvements palestiniens installés dans des campements universitaires de la région de Los Angeles.

C'était une couverture alternative à celle des médias traditionnels, qui a suscité de nombreux débats, jusque dans les journaux traditionnels. « Les *livestreamers* sont souvent des activistes, pas des lecteurs de nouvelles. C'est très amateur comme produit, avec des problèmes de connexions, et aussi avec des discours moins politiques sur la logistique (kit de mobilisation débutant) ou la santé mentale », détaille M. Léveillé.

Il note aussi la synergie des plateformes, par exemple, tout le contenu politique de Twitch est amplifié sur Discord. « Il y a une connexion entre les deux communautés : entre ceux qui portent le mouvement social et les *gamers*, davantage dans le divertissement. Il y a une rencontre à travers l'information qui est véhiculée, en un échange constant », note le chercheur.

Impacts sur le journalisme et les démocraties

De nombreux chercheurs constatent, avec perplexité, la dilution de la pensée rationnelle aux dépens de l'omniprésence des émotions, ces émotions qui sont favorisées par les algorithmes. « Cela prend une réflexion collective face à ces changements. Quelles sont les nouvelles configurations technologiques et leurs conséquences sur les démocraties? », interrogeait ainsi, lors du colloque de lundi, le professeur en politique des technologies de l'information et de la communication de l'Université Concordia, Fenwick McKelvey.

Le rôle de surveillance que jouaient les journalistes recule par rapport aux désirs du public ou de ce qui est censé répondre à ses attentes.

« Cela prend le dessus à chaque étape de production et tend à supplanter la logique journalistique (d'information) pour avoir plus de réactions du public », explique M. Marinov. « C'est la logique de l'infodivertissement soumise aux boucles de rétroaction de la plateforme. Cela va structurer le travail journalistique et se justifier par l'engagement qu'il suscite et non

par le bien public. Cela pose un enjeu démocratique », souligne le chercheur.

Place à l'extrémisme violent

Il existerait même un usage stratégique des contenus ludiques chez des extrémistes violents, dans la poursuite de leurs objectifs meurtriers. « Il y a une sous-culture radicale qui s'approprie les codes du divertissement pour que les discours extrémistes deviennent une sorte de produit culturel conçu pour être partagé de façon virale », résume la docteurante en science politique de l'Université McGill, Khaoula El Khalil.

Ainsi, les deux fusillades de masse du 15 mars 2019 à Christchurch, en Nouvelle-Zélande, filmées par le tueur, présenteraient des éléments semblables à des jeux de combats (*Fortnite*, *Call of Duty*). « Dans son manifeste en ligne, il parle d'une mission réussie, se positionne comme un joueur et donne des références », relate la chercheuse. L'univers de jeu est alors mobilisé comme processus de préparation aux attentats, ce qui fait froid dans le dos.



La sécurité, une priorité!

ATTENTION!

Sur l'eau, restez à l'écart des barrages. À proximité de ceux-ci, les conditions de l'eau peuvent changer rapidement.

RESPECTEZ TOUJOURS
LES AVERTISSEMENTS!



Evolugen

1.877.986.4364

ontario.info@evolugen.com
evolugen.com/fr/securite



Valérie Dufresne et Jamy Photo de courtoisie

Tecnor mise sur l'innovation pour offrir des services de gestion en informatique

Par Ndery Dione

Dans le paysage entrepreneurial de Hearst, une femme se démarque par sa détermination, son esprit d'innovation et son engagement à moderniser les infrastructures numériques de la région. Valérie Dufresne, originaire de Mattice, codirige avec son conjoint, Jamy, l'entreprise Tecnor depuis 2022. Ensemble, ils offrent des services essentiels de gestion informatique aux entreprises et institutions de Cochrane jusqu'à Longlac.

Valérie Dufresne est originaire de Mattice; elle connaît bien les réalités du territoire et les défis auxquels sont confrontées les entreprises locales. En 2022, elle et Jamy décident d'acheter Tecnor, une entreprise qui répond précisément à ces besoins.

« Nous avons constaté qu'il y avait un grand défi à relever et un manque flagrant de services en gestion informatique dans notre région. Il fallait que quelqu'un se lance, et nous avons décidé de nous engager », explique Mme Dufresne.

Tecnor propose une gamme

étendue de services informatiques adaptés aux réalités des entreprises locales : gestion des données, mises à jour des systèmes, gestion des réseaux et serveurs, ainsi que services de téléphonie VoIP. Mais leur champ d'action ne s'arrête pas là.

Outre la gestion informatique, Tecnor offre également des services en câblage structuré, systèmes de caméras, systèmes d'alarme et contrôle d'accès aux portes. Selon Mme Dufresne, ces services sont aujourd'hui essentiels pour assurer la sécurité physique et numérique des entreprises.

« La sécurité ne se limite plus à une simple serrure sur une porte. Aujourd'hui, il faut penser à la surveillance vidéo, au contrôle d'accès électronique et à une bonne infrastructure réseau pour tout faire fonctionner efficacement. » Grâce à cette approche multidisciplinaire, Tecnor veut se positionner comme un guichet unique pour toutes les préoccupations technologiques des entreprises du Nord. Selon Mme Dufresne, la clientèle de leur entreprise est variée : entreprises privées, institutions gouvernementales, écoles, hôpitaux et même la réserve autochtone de Constance Lake. Cette diversité de clients reflète bien l'étendue des besoins technologiques dans la région. « Peu importe leur taille ou leur secteur, toutes ces organisations ont besoin d'un soutien fiable pour rester fonctionnelles dans un monde numérique en constante évolution », dit-elle.

Tecnor ne se contente pas d'installer des systèmes ou de vendre de l'équipement. L'entreprise offre aussi un accompagnement personnalisé : gestion des comptes courriel, création de profils usagers, accès aux fichiers de travail et désactivation des accès en cas de départ d'un employé. Une gestion rigoureuse qui renforce la sécurité et l'efficacité dans les milieux de travail.

D'après Valérie, Tecnor repose sur une organisation claire, divisée en deux volets. Le premier est consacré à tout ce qui touche à l'informatique. Il est géré par des techniciens spécialisés qui travaillent à distance ou en atelier pour résoudre les problèmes des clients.

Le second volet, surnommé le « volet terrain », est dédié aux interventions physiques sur les lieux des clients : installation de câblage, mise en place de systèmes de sécurité ou encore configuration d'équipement informatique. Par ailleurs, derrière chaque intervention technique, il y a une vision profondément humaine de l'entreprise. Pour Valérie, offrir des services technologiques, c'est avant tout comprendre les besoins réels des gens qui travaillent derrière les écrans.

« On ne vend pas seulement de la technologie aux entreprises. On bâtit des environnements de travail efficaces, sécuritaires et adaptés. On aide les gens à mieux travailler, à mieux collaborer et à mieux servir leur propre clientèle », précise-t-elle.

Depuis sa création, Tecnor connaît une belle croissance. Et ce développement ne montre aucun signe de ralentissement. Aujourd'hui, l'entreprise est à la recherche de trois nouveaux membres pour agrandir son équipe : elle affiche un poste en administration de bureau, un poste de technicien informatique et un poste de technicien terrain.

« On veut des gens passionnés, curieux, prêts à apprendre et, surtout, motivés à contribuer à une entreprise qui veut faire une vraie différence dans la région. »

NORTHLAND SEASONAL STORAGE

- Vente et location
- Conteneurs 20 et 40 pieds
- Unités de location sur site
- Stationnement saisonnier
- Location et entreposage de mobiles
- Chasse-neige et répandeur
- Poêles à bois, à granules et barbecues
- Service de remorque à plateforme surbaissée

PROPRIÉTAIRE ET OPÉRATEUR
Stephane Deschamps

149 route 11 Est, Moonbeam, ON P0L 1V0

705-332-1414

Après les heures de bureau :
705 335-0415

www.northlandstorage.ca

LE CALENDRIER COMMUNAUTAIRE

DÉCOUVREZ TOUS LES ÉVÈNEMENTS LOCAUX : CLIQUEZ ICI!



Joël Lauzon, archiviste assistant Photo : Renée-Pier Fontaine

Le Centre d'archives de la Grande Zone argileuse reçoit un prix

Par Renée-Pier Fontaine

Le Centre d'archives de la Grande Zone argileuse (CAGZA) est lauréat du Prix institutionnel 2025 de Archives Association of Ontario. Cette année, deux institutions étaient au sommet. Ne pouvant pas choisir qu'un seul gagnant, les archivistes de Hearst ont partagé les honneurs avec les archives de la Ville d'Ottawa.

Le personnel du CAGZA est quand même très fier de recevoir ce prix puisque le centre d'archives est un organisme plutôt jeune, comparativement aux grands centres comme celui d'Ottawa.

Les archivistes devaient préparer un dossier pour la nomination. Or, ils ont présenté les projets du 100^e, tels que le livre, les plaques de rues, les archives à voix haute. Il y a également les jeux d'évasion organisés en collaboration avec l'Écomusée de Hearst, leur implication communautaire, les ateliers avec des classes scolaires, le Thé des pionniers, le projet des villages disparus, les nombreux stagiaires de l'Université, etc.

« Nous offrons beaucoup de formation avant tout, c'est donc important pour nous d'accueillir des stagiaires de l'Université de Hearst et leur donner une formation de bases en archives », raconte l'archiviste-assistant, Joël Lauzon. « Nous avons reçu des groupes des Filles d'Isabelle pendant leur congrès, les groupes scolaires sont autant universitaires que secondaires. Nous essayons de toucher le plus de gens possible!

Pendant le 100^e, nous avons fait aussi un jeu d'évasion en ligne où il fallait y participer de façon virtuelle, mais il y avait une visite des lieux et tout. »

Le Thé des pionniers a débuté à Hearst et le concept a fait fureur. Le CAGZA a donc refait l'évènement à Cochrane, Timmins, Kapuskasing et la région du grand Greenstone. En ce moment, M. Lauzon est en tournée avec un jeu d'évasion qu'il présente dans les écoles francophones partout en province, pour les élèves des 7^e et 8^e années. « C'est dans le cadre du recrutement de l'Université de Hearst. Le projet a pour but d'encourager les élèves à poursuivre leurs études en français au secondaire. Nous avons fait plus de 26 jeux d'évasion un peu partout en province. »

Cette semaine, Joël Lauzon était à Thunder Bay justement pour faire l'atelier de jeu d'évasion ayant pour thème l'Ordre secret de Jacques Cartier et qui avait pour membre Adélar Blais, le propriétaire de la maison où se situe actuellement l'Écomusée de Hearst.

ATTENTION

Toute personne ayant servi dans les forces armées (y compris la Seconde Guerre mondiale, la Corée, les Forces de la Milice/de Réserve, la GRC, les membres en service actif et leurs personnes à charge)

*L'agent du service de la Légion royale canadienne
Sherry Culling*

sera à Hearst durant la semaine du **2 juin 2025** pour aider toute personne souhaitant obtenir des informations, des conseils ou du soutien des Anciens Combattants Canada concernant

◇ *Pensions d'invalidité* ◇

◆ *Traitement des anciens combattants autorisés* ◆

◇ *Demande de coquelicots / fonds de bienfaisance* ◇

◆ *Appel contre les décisions défavorables d'ACC* ◆

◇ *Droit des veuves* ◇

Il n'est pas nécessaire d'être membre de la Légion pour demander un entretien.

*Téléphonez à Lise, au 705 373-0567,
ou Gilles Deschamps au 705 372-5886
pour prendre un rendez-vous
avant le 23 mai.*

Ce service gratuit est offert par la Légion.



ATTENTION

Anyone who has served in the military (including WWII, Korea SDA, Militia/Reserve Forces, RCMP, Still Serving and dependents)

*The Royal Canadian Legion's Service Officer
Sherry Culling*

will be in Hearst the week of **June 2nd 2025** for anyone wishing information, advice or assistance regarding

◇ *Veterans Affairs Canada Disability Pensions/Awards* ◇

◆ *Treatment for Entitled Veterans* ◆

◇ *Application for Poppy/Benevolent Funds* ◇

◆ *Appeals against unfavourable VAC Decisions* ◆

◇ *Widows* ◇

You do not have to be a Legion Member to request an interview.

*Call Lise, at (705) 373-0567,
or Gilles Deschamps at (705) 372-5886
to book an appointment
before May 23rd.*

A free service offered by the Legion.



... à votre portée
toute la journée! >

Vous voulez accéder aux informations qui vous intéressent au moment où vous le désirez?
Consultez les nouvelles de dernière heure ou nos éditions antérieures sur notre site Web, et le tour est joué!



LENORD.CA



Le public se presse à la Galerie 815 pour découvrir l'exposition « Regard sur la forêt boréale » de l'aquarelliste Martha Heidenheim. L'évènement attire les amateurs d'art venus admirer ses œuvres inspirées des paysages du Nord ontarien.

Photos : Renée-Pier Fontaine

Regard sur la forêt boréale par Martha Heidenheim

Par Renée-Pier Fontaine / IJL - Réseau.Presse - Le Nord

Artiste chevronnée qui se spécialise dans l'aquarelle, Martha Heidenheim expose ses œuvres inspirées du paysage de la région de Hearst à la Galerie 815 jusqu'au 27 juin. Plusieurs dizaines de personnes se sont déplacées pour aller admirer ses chefs-d'œuvre. Mme Heidenheim, qui n'en est pas à sa première exposition, se trouve toujours privilégiée de pouvoir exposer à la petite galerie locale.

Martha Heidenheim se passionne pour les arts depuis aussi longtemps qu'elle se souvienne. C'est grâce à l'une de ses enseignantes du secondaire qu'elle développe un intérêt fort pour la peinture et elle avoue que l'aquarelle a toujours été son médium préféré. « J'ai grandi à London en Ontario. J'ai poursuivi mes études universitaires à Thunder Bay et depuis je n'ai jamais quitté le nord. J'adore le nord ! J'ai appris au secondaire, d'une artiste qui

enseignait à mon école; elle m'a montré la peinture à l'eau à un très jeune âge et je suis tout de suite tombée en amour avec ce médium », raconte l'artiste.

Selon Mme Martha Heidenheim, l'aquarelle permet un niveau de transparence et de brillance qui ne se retrouve pas dans les autres médiums de peinture. Afin de se perfectionner, elle suit plusieurs cours par année, que ce soit par zoom ou en présentiel. Elle s'est

même rendue plusieurs fois en Europe pour apprendre. « Il y a énormément d'artistes d'aquarelle accomplis au Canada. Parmi les membres de la Société canadienne d'aquarelle, plusieurs donnent des cours et parfois leurs techniques sont un peu différentes des miennes, car je travaille sur mon propre style, j'aime travailler sur mes coups de pinceau. »

Les voyages font partie du processus de création puisqu'il y a peu d'options dans la région pour suivre des formations d'aquarelle. Elle a l'habitude de se déplacer une à deux fois par année seule ou en groupe avec d'autres artistes. Depuis la pandémie, plusieurs professeurs ont commencé à

donner des cours en ligne, ce qui ouvre plus de portes pour Martha. « C'est un des bons côtés de la pandémie », dit-elle en riant. « Je suis des cours en ligne régulièrement pour me pratiquer et ce n'est pas ces toiles que j'expose, ce sont des techniques d'apprentissages. Il y en a plusieurs en Ontario et j'adore l'artiste Renée Dion du Québec; il a vraiment un style différent. J'ai suivi plusieurs cours avec elle. »

L'artiste peint tous les jours. Elle a son propre studio à la maison et des centaines de toiles entreposées chez elle, les considérant comme de la pratique. Mme Heidenheim s'inspire de ses propres idées, des paysages qu'elle observe, mais les cours lui permettent de découvrir de nouvelles techniques à essayer dans ses propres projets. « Vous devez définir vos centres d'intérêt, déterminer quelle histoire vous avez envie de raconter dans vos œuvres. Parce que tous les détails que vous voyez dans une photo ne peuvent pas être tous reproduits ! Vous devez les simplifier en une idée. »

Elle qui aurait passé des heures à parler de peinture aquarelle exprime qu'avec ce médium vous devez travailler à l'envers de la lumière et choisir où vous allez garder le blanc si vous en gardez. « Ça peut me prendre trois ou quatre essais avant d'être satisfaite de mon travail. C'est un processus de découverte puisqu'avec l'aquarelle vous devez toujours savoir où vous placez l'ombre et la lumière. Si vous allez trop foncé rapidement, il n'y a pas de retour en arrière. »

L'encadreuse locale de renom, Solange Vaillancourt, a travaillé sur un modèle d'encadrement innovateur pour les œuvres de Martha Heidenheim qui rend tous les artistes d'aquarelle jaloux. D'ailleurs, elle utilise toujours les services de Mme Vaillancourt pour encadrer ses toiles, parce que ce modèle est très léger, ce qui facilite le transport. « Elle utilise ensuite un plastique rigide qu'elle chauffe pour le rendre plus petit et il se ressert autour du cadre cartonné pour le protéger comme une vitre le ferait. Finalement, elle appose des crochets et un fil pour que ce soit facile à accrocher. »

Pour ce qui est de la suite, il faut dire que Mme Heidenheim et son mari sont en plein déménagement de Hearst à Thunder Bay, mais ils ont conservé leur chalet dans la région. Elle désire explorer les paysages du lac Supérieur et peut-être éventuellement s'en inspirer.



L'INFO

SOUS LA LOUPE

VENDREDI 11h

EN REPRISE SAMEDI 9h

CINN911.COM



VOUS VOULEZ VENIR À L'ÉMISSION ?

COMMUNIQUEZ AVEC STEVE :

SMCINNIS@HEARSTMEDIAS.CA 705 373-0897



L'artiste aquarelliste Martha Heidenheim devant l'une de ses œuvres inspirées de la forêt boréale.

Mouhamadou Seck : un moteur de changement à Hearst

Par Ndery Dione

Passionné de la création de contenu, ce Sénégalais d'origine utilise maintenant ses multiples talents dans son rôle d'assistant en marketing et réseaux sociaux à l'Université de Hearst. Sa détermination lui permet de traverser les frontières pour se bâtir un avenir prometteur.

Avant de venir s'installer à Hearst en 2021, M. Seck avait déjà parcouru un chemin académique remarquable. Après avoir fait ses études secondaires, il a obtenu une licence en Gestion des ressources humaines à l'École Supérieure Polytechnique de Dakar. « Cette formation m'a permis de comprendre les mécanismes de gestion du personnel, un atout indispensable dans tout secteur d'activité », affirme-t-il.

Ambitieux et curieux, il décide de continuer ses études à l'étranger, motivé par le désir de découvrir un autre continent, vivre une nouvelle expérience culturelle et professionnelle, et surtout, acquérir d'autres compétences. « Venir au Canada, c'était pour moi une aventure. Je voulais me confronter à un nouvel environnement et élargir mes horizons. »

À son arrivée dans le Nord de l'Ontario, Mouhamadou Seck doit d'abord faire face à de nombreux défis. Le climat canadien, loin de celui qu'il connaissait à Dakar, lui offre une rude initiation. « Passer d'un climat tropical à des températures atteignant parfois les -30 degrés, c'était un choc. Mais avec le temps, je m'y suis adapté. »

En outre, comme beaucoup de nouveaux arrivants, il commence par occuper des emplois dans la restauration pour subvenir à ses besoins : McDonald's, aide-cuisinier au Companion Hôtel Motel, employé au restaurant Pizza Place. « Ces expériences m'ont appris l'humilité et m'ont permis de mieux comprendre le mode de vie canadien. Elles ont aussi renforcé ma capacité d'adaptation. » Inscrit au programme de gestion à l'Université de Hearst, Mouhamadou s'épanouit dans un système éducatif qu'il juge innovant. « Les cours en bloc sont une excellente formule. Cela permet de se concentrer sur une matière à la fois, laissant de la place au travail. C'est une méthode qui encourage l'autonomie et la rigueur. »

En plus, diplômé l'année dernière, M. Seck est désormais assistant en marketing et réseaux sociaux à l'Université de Hearst, un poste qu'il occupe avec passion et professionnalisme. « Je suis impliqué dans la création de contenus, la gestion des plateformes sociales de l'université et la promotion des activités. C'est un domaine qui me passionne parce qu'il mêle communication, stratégie et créativité. »

Mais ce n'est pas tout. Les fins de semaine, Mouhamadou travaille aussi occasionnellement à l'Hôpital Notre-Dame de Hearst. « J'ai toujours aimé me rendre utile. Travailler dans un hôpital, même de manière ponctuelle, me permet de contribuer à ma communauté. » Ce sens de la polyvalence, Mouhamadou l'a cultivé depuis ses années au Sénégal, où il combinait études universitaires et activités professionnelles. Il a notamment été assistant au stand de recrutement pour les nouveaux bacheliers, créateur de contenus, acteur et même modèle pour des publicités sur commande. « J'ai toujours aimé explorer différents domaines. Chaque expérience est une occasion d'apprendre quelque chose de nouveau. »

Cependant, avant son poste actuel à l'université, il a également été superviseur au Tim Hortons, tout en acceptant des petits boulots comme celui de nettoyage chez Villeneuve Construction. « Il n'y a pas de petit emploi. Chaque travail m'a appris quelque chose, que ce soit sur le plan professionnel ou personnel. »

Bien installé à Hearst où il vit avec sa femme, Mouhamadou envisage de s'y établir à long terme. Il est en démarche pour obtenir la résidence permanente, ce qui lui permettrait de poursuivre ses études pour approfondir de nouvelles compétences et habilités dans son domaine. « Le Canada m'offre des opportunités que je n'aurais peut-être pas eues ailleurs. J'aimerais en profiter pleinement. »



Mouhamadou et sa femme à Toronto Photo : Mouhamadou Seck/Facebook

Mouhamadou souligne également, pour conclure, l'importance du tissu familial dans son parcours. « Le petit frère de mon père est

installé au Québec, et mon meilleur ami vit à Montréal. Cela m'a aidé à garder un lien fort avec mes racines tout en m'intégrant ici. »

Littérature, musique, film et comédie, tout inclus !

BOOM
CULTUREL

lundi au jeudi 18 h
avec Kristophe Bédard

CINN911.com

émission commanditée par

Centre de Rénovation
Home
building centre

BENCHMARK Escabeau en fibre de verre de classe 1 avec plateau à peinture, 6 pi

ÉCONOMISEZ 40 \$

119,97 \$
(Rég. : 149,99 \$)

Homologué CSA
Capacité de charge : 250 lb
Escabeau à 5 marches de la catégorie 1
Muni d'une tablette porte-outils
#5436-676

Cet escabeau en fibre de verre de 6' à 5 marches en alliage d'aluminium de Generic permet d'atteindre plus facilement les endroits difficiles d'accès.

Produit de la semaine :

VENTE!

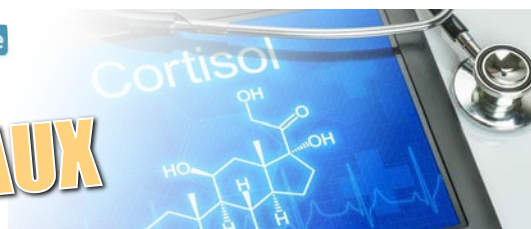


Le cortisol est dangereux pour nous ?

Science-Press

FAUX

Par Kathleen Couillard



Depuis quelques mois, des influenceurs nous mettent en garde contre les ravages du cortisol — une hormone qui joue un rôle essentiel dans notre corps — et proposent même des produits naturels pour l'éliminer. Le *Détecteur de rumeurs* a toutefois constaté l'impossibilité de la chose.

Une des origines de la rumeur

En janvier 2025, la journaliste espagnole Jessica Mouzo rapportait dans le quotidien *El País* que plusieurs publications sur les réseaux sociaux dénonçaient les dangers du cortisol. Par exemple, cette influenceuse française écrivait en décembre 2024 que beaucoup de gens vivaient avec un « cortisol déréglé » sans le savoir.

Selon ces publications, un « débalancement » du cortisol causerait de la fatigue chronique, une prise de poids abdominale (le « cortisol belly »), des troubles du sommeil et de la tristesse. Il rendrait aussi le visage bouffi et les yeux gonflés, créant ainsi un visage de lune (le « moon face »). Certains de ces influenceurs proposent même des breuvages « entièrement naturels » pour réduire les niveaux de cortisol.

Qu'est-ce que le cortisol ?

Avant tout, il faut savoir que le cortisol est une hormone qui joue plusieurs rôles essentiels dans notre corps. Produite par les glandes surrénales sous le contrôle de l'hypophyse, elle est notamment importante pour réguler le métabolisme, la réponse inflammatoire et la fonction immunitaire, comme le rappelaient en 2024 des médecins du Centre médical Cedars-Sinai en Californie. Le cortisol est aussi responsable de maintenir à un niveau constant la pression sanguine et la glycémie.

De plus, en situation de stress, la production de cortisol augmente, expliquaient en 2021 des chercheurs britanniques et américains dans un texte sur le stress et la santé. Cette hormone agit alors pour favoriser la disponibilité du glucose et permettre au foie de libérer ses réserves d'énergie. Le cortisol contribue ainsi à la réaction de « lutte ou de fuite » (« *fight or flight* » en anglais) qui est déclenchée dans une telle situation. C'est pourquoi il est souvent appelé « l'hormone du stress ».

Des variations normales et essentielles

Il est normal que le niveau de cortisol augmente et diminue. Et pas seulement à cause du stress, insistait le neurobiologiste Robert Dantzer dans un article publié en 2024. Le cortisol suit un rythme circadien, c'est-à-dire que ses niveaux sont élevés le matin et plus bas le soir, mentionnaient aussi les chercheurs britanniques et américains. En fait, les variations de cortisol sont essentielles. Une courbe de cortisol aplatie a été associée à la dépression, aux maladies cardiovasculaires, à la fatigue et à l'obésité. En général, la présence de cortisol est bénéfique, car il aide notre corps à bien réagir en situation de stress.

Par ailleurs, la hausse de cortisol provoquée par le stress est temporaire puisque des mécanismes existent pour bloquer sa production lorsque les niveaux deviennent trop élevés, ajoutaient les médecins du centre médical Cedars-Sinai.

Doit-on craindre le cortisol ?

Par contre, selon Robert Dantzer et d'autres experts, des niveaux de cortisol qui demeurent trop élevés pendant une longue période pourraient

causer certains problèmes de santé, comme un dérèglement du système immunitaire, une augmentation de la réponse inflammatoire, de l'hypertension, de la fatigue et même de la dépression. Il est possible que ce soit de là que soient venues les rumeurs lancées par les influenceurs.

Toutefois, il est important de savoir que des niveaux trop faibles de cortisol peuvent eux aussi être dommageables, comme l'écrivaient les chercheurs britanniques et américains en 2021.

Quand le cortisol est hors de contrôle

Enfin, il ne faut pas confondre ces variations normales de cortisol avec le syndrome de Cushing, un trouble causé par une quantité excessive de cortisol, selon le manuel Merck. Parmi les symptômes les plus marquants: une accumulation de graisse au niveau du torse ou de l'arrière du cou, un visage bouffi et arrondi et un affinement de la peau. Les personnes qui en souffrent connaissent aussi une faiblesse musculaire et se fatiguent rapidement.

Ce syndrome est toutefois très rare. À peine 10 à 15 cas par million sont diagnostiqués chaque année aux États-Unis, selon l'Oregon Health & Science University. Il est généralement dû à la prise de certains médicaments — des corticostéroïdes — ou à une surproduction de cortisol en réponse à une tumeur des glandes surrénales ou de l'hypophyse. Le syndrome de Cushing nécessite donc un traitement médical.

La meilleure option : mieux gérer le stress

À moins d'avoir un syndrome de Cushing, les gens ne devraient donc pas se préoccuper outre mesure du cortisol, concluait Natasha Malkani dans l'article du Centre Cedars-Sinai. Plutôt que de tenter d'en diminuer les niveaux pour lutter contre le stress, il serait plus simple d'identifier la source du stress et d'essayer de la gérer.

Dans une méta-analyse réalisée en 2024, des chercheurs du Royaume-Uni concluaient que les interventions pour gérer le stress comme la médication, la pleine conscience et la relaxation avaient un effet sur les niveaux de cortisol.

À l'inverse, très peu de données scientifiques appuient l'utilisation de suppléments ou d'aliments particuliers pour diminuer les niveaux de cortisol. Par exemple, aucune donnée ne soutient l'utilisation d'ingrédients comme l'eau de noix de coco, le vinaigre de cidre ou le rhodiola pour réduire les taux de cortisol, soulignait le centre médical Cedars-Sinai.

Dans un article publié en 2016 évaluant l'effet de l'alimentation sur les niveaux de cortisol, des chercheurs polonais notaient que quelques études avaient été réalisées pour déterminer l'effet de suppléments comme les vitamines B, D et E, le magnésium, les oméga-3, le thé et le café. Les données étaient limitées et parfois contradictoires.

**LE DÉTECTEUR DE RUMEURS DÉBOULONNE
LES AFFIRMATIONS DOUTEUSES, LES
RUMEURS ET LES FAUSSES NOUVELLES EN
S'APPUYANT SUR DES FAITS SCIENTIFIQUES.**

VISITEZ LENORD.CA POUR PLUS D'ARTICLES !

Verdict

Le cortisol est une hormone essentielle au fonctionnement de notre corps. Des variations sont normales. Les produits dont les influenceurs font la promotion n'ont vraisemblablement aucune utilité sur les niveaux de cortisol.

**Le tirage des membres des Médias de
l'épinière noire aura lieu ce vendredi 23 mai.
Passez au 1004 rue Prince pour devenir membre !**

Mot caché

Thème : **TENNIS**
5 lettres

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

A Adversaire Amorti Approche Arbitre Avantage	D Double Droit E Échange Échauffement Égalité Élimination Entraîneur F Faute Finale Fond Frappe G Gazon I Internationaux J Jeu D Joueur	J Junior L Ligne Lob M Manche Match P Point Professionnel Q Qualifications R Raquette Rebond Résultat Retour Revers S Saison	S Service Simple Smash Sport Surface T Tableau Terre Tirage Titre Tournoi Trajectoire V Victoire Volée
---	---	---	--

HOTDOGS ARGENTINS AU CHORIZO (CHORIPAN)



Ce savoureux sandwich est un incontournable du barbecue et il est parfait pour ceux qui aiment les saveurs légèrement relevées.

Ingrédients

- Sauce chimichurri**
- 75 ml (1/3 tasse) d'huile d'olive, et plus pour badigeonner
 - 45 ml (3 c. à soupe) de vinaigre de vin rouge
 - 10 g (1/4 tasse) de persil plat ciselé finement
 - 10 g (1/4 tasse) de coriandre ciselée finement
 - 1 gousse d'ail, râpée finement
 - 1/2 oignon rouge, haché finement
 - 1/2 piment jalapeño, épépiné ou non et haché finement
- Sandwichs**
- 4 pains à sous-marin d'environ 15 cm (6 po) de longueur
 - 4 saucisses chorizo (voir note), coupées en deux sur la longueur
 - Mayonnaise, au gout
 - 1 tomate, épépinée et coupée en petits dés

Étapes de préparation

- Sauce chimichurri**
1. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients. Saler et poivrer. Laisser macérer le temps de griller les saucisses et les pains.
- Sandwichs**
1. Préchauffer le barbecue à puissance élevée. Huiler la grille.
 2. Sur un plan de travail, couper les pains en deux à l'horizontale sans détacher complètement les deux parties. Badigeonner l'intérieur des pains d'huile.
 3. Griller les saucisses de 2 à 3 minutes de chaque côté. Griller l'intérieur des pains.
 4. Tartiner l'intérieur des pains de mayonnaise. Répartir les saucisses. Garnir de sauce chimichurri et de la tomate. Délicieux avec des frites ou des croustilles.

Sudoku

JEU N° 925

NIVEAU : FACILE

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

RÈGLES DU JEU :

RÉPONSE DU JEU N° 925

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

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

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

VOS PRÉDICTIONS DE LA SEMAINE

Disponible uniquement sur le site web du journal Le Nord



www.lenord.ca



**Votre publicité
aurait pu être ici...**
et elle aurait assurément
PORTÉ FRUIT!



705 372-1011
vente@hearstmedias.ca

**LES
P'TITES
ANNONCES**

Recherche appartement
Adulte recherche appartement tout inclus le plus vite possible, en ville. SVP, communiquez avec Jeannie S. au **249 328-7487**

Les petites annonces... ça marche!
Contactez-nous pour que votre petite annonce apparaisse ici!

705 372-1011



JOUEZ POUR GAGNER :
1800 \$\$\$

CINN911.com

RADIO BINGO — SAMEDI 11 H

WOW, 1800 \$ EN PRIX!
C'EST UNE BELLE CAGNOTTE
POUR LE RADIO BINGO CETTE SEMAINE!

VOUS AVEZ DÉJÀ VOS CARTES, OU
VOUS COMPTEZ EN ACHETER BIENTÔT?



**KEKINE
RÉTRO**
JEUDI À 19H00

EN REDIFFUSION LE DIMANCHE À 7H

CINN911.com

 **EMPLOI**

 **NOUS
EMBAUCHONS**

Menuisier - Fabricant d'armoires expérimenté
à temps plein

Description du poste:
Nous cherchons un menuisier fabricant d'armoires expérimenté, passionné par le travail du bois et soucieux du détail. Le candidat idéal possède de l'expérience dans la fabrication, la finition et l'installation d'armoires sur mesure, avec un engagement fort envers la qualité.

Responsabilités:

- Lire et interpréter des plans, dessins techniques et spécifications de projet
- Mesurer, couper, assembler et installer des armoires et éléments de menuiserie sur mesure
- Utiliser en toute sécurité une variété de machines et d'outils de menuiserie
- Sabler, teindre et appliquer les finis selon les spécifications du client
- Inspecter le travail terminé pour en assurer la qualité et la précision
- Collaborer avec les designers, chargés de projet et installateurs
- Maintenir un environnement de travail propre, organisé et sécuritaire

Exigences:

- Minimum 3 ans d'expérience professionnelle en menuiserie ou ébénisterie fine
- Capacité physique à soulever et manipuler des matériaux lourds

Atouts:

- Expérience avec les machines CNC

Ce que nous offrons:

- Rémunération compétitive selon l'expérience
- Avantages sociaux & régime d'épargne retraite
- Outils et équipements fournis



Veillez envoyer votre CV à l'adresse galary@fgirardconstruction.ca avec pour objet "Candidature - Menuisier Fabricant D'Armoires - (votre Nom)" ou en personne au 1568 HWY 11 West à l'attention de Gyslin



Kayden Birch, 10 ans, devant son filet, capte la rondelle avec calme et concentration. Chaque arrêt est un pas de plus vers son rêve de jouer au plus haut niveau.

Photos de courtoisie

Le jeune Kayden Birch rêve de devenir gardien de but

Par Ndery Dione

À seulement 10 ans, Kayden Birch impressionne déjà bien au-delà de sa ville natale, Hearst. Passionné de hockey depuis la petite enfance, ce jeune gardien de but n'a pas seulement une vision claire de son avenir, il a aussi le talent des grands joueurs. À travers les mots de ses parents, et bien sûr les siens, se dessine le portrait d'un enfant déterminé, soutenu par une famille engagée, et déjà remarqué par les recruteurs.

Tout a commencé quand Kayden n'avait que deux ans. Il ne savait pas encore patiner, mais il était déjà captivé par les matchs de hockey à la télévision. « C'est là que j'ai su que je voulais devenir gardien de but », confie-t-il. Dès ses premiers mots liés au sport, sa mère, Isabelle Gagnon-Birch, a perçu en lui une passion authentique. « On n'a pas eu à le pousser. Il a toujours su ce qu'il voulait. Mon conjoint et moi, on a simplement choisi de l'encourager du mieux qu'on pouvait. »

C'est à l'âge de sept ans que Kayden enfile pour la première fois un équipement complet de gardien. Ce moment, il ne l'oubliera jamais. « Je me sentais vraiment fier. C'était comme si je devenais un vrai joueur », raconte-t-il. Ce fut dans le cadre d'une initiative locale, alors que les enfants avaient la chance de découvrir différents postes sur la glace.

Dès ce moment, le jeune garçon n'a cessé de progresser. Il rejoint les Hearst Lumber Kings, l'équipe de Hearst, durant les saisons de printemps et d'été. Là, il est encadré par des entraîneurs passionnés, dont Michel Champagne, qui jouent un rôle crucial dans son développement. « On a eu la

chance d'avoir des gens très dévoués autour de lui dès le départ, de même que son père », souligne Isabelle.

En l'espace de trois années, Kayden a déjà collectionné cinq médailles dans divers tournois régionaux et provinciaux. Son parcours l'a mené dans des villes telles que Toronto, Ottawa, Amos, Val-d'Or, Cochrane et Rouyn-Noranda. Chaque tournoi est pour lui une occasion de se dépasser. « J'aime les tournois. J'aime me retrouver devant le filet, avec la pression, et faire de mon mieux pour aider mon équipe à gagner »,



Kayden Birch après une victoire marquante — déjà cinq médailles à son actif sur les patinoires régionales et provinciales

explique-t-il.

Sa mère se souvient d'un moment particulièrement marquant. « Quand il a gagné la première place à Amos cette année, c'était incroyable. On voyait à quel point il était heureux, mais aussi fier de ce qu'il avait accompli. »

À huit ans, le nom de Kayden commence déjà à circuler parmi les recruteurs. L'an dernier, une invitation spéciale vient confirmer son potentiel : Scott Kohut, directeur de l'équipe Northern Selects, le sélectionne pour représenter l'équipe M9 AAA lors du deuxième tournoi annuel de printemps, en mars 2024.

Ce fut un tournant. « Jouer à ce niveau, c'est impressionnant. C'était difficile, mais j'ai beaucoup appris », raconte Kayden. Pour ses parents, cette expérience confirme que leur fils a bel et bien le potentiel pour aller loin. « Quand on a reçu cette invitation, on a su qu'on devait tout faire pour l'y amener. Ce sont des opportunités qui forgent le caractère et la confiance », dit sa mère, Isabelle.

Cependant, si le hockey occupe



Un sourire, une médaille et un trophée : Kayden Birch, 10 ans, vit pleinement sa passion du hockey.

une grande place dans la vie de Kayden, ses parents tiennent à maintenir un équilibre. L'éducation reste une priorité. « On veut qu'il garde les deux à la fois. Il peut rêver grand, mais il doit aussi continuer à bien performer à l'école », insiste Mme Gagnon-Birch. Kayden, de son côté, comprend bien ce message. Il jongle entre les devoirs, les entraînements et les déplacements avec une maturité étonnante pour son âge. « Mes parents font beaucoup de sacrifices pour moi. Ils m'aident à rester organisé. Je veux les rendre fiers. » En outre, il a également parlé de son souhait pour l'avenir. « Je veux jouer pour l'équipe junior du Canada. » Il évoque avec enthousiasme les médailles qu'il a déjà gagnées, mais aussi ce qui reste à accomplir. « Ce que j'aime le plus, c'est quand on gagne ensemble. Et quand je vois les trophées, je me dis que je veux continuer encore plus fort. »

Pour le jeune homme, être gardien, c'est aussi accepter une grande responsabilité. Sa mère, Isabelle, en est bien consciente. « Un gardien peut souvent être pointé du doigt si l'équipe perd. Alors on travaille beaucoup avec lui sur son état d'esprit, sur la confiance. » Elle conclut avec une phrase qu'elle répète souvent à son fils. « Je peux te montrer le chemin, mais c'est à toi d'avancer avec courage. »

Peu importe l'heure ou l'endroit : www.lenord.ca

SUR UNE NOUVELLE TOITURE / ON A NEW ROOF

GAGNE 5000 \$

WIN \$5000!

Appelle **JUST ROOFING** dès aujourd'hui afin d'obtenir une ESTIMATION GRATUITE et réserve ta place pour un tout nouveau toit — en plus, cours la chance de gagner gros grâce à nos tirages hâtifs (Early Bird) exclusifs !

JUST ROOFING
FRAMING & RENOVATIONS INC.

705.372.3840

Hearst, ON
justroofing.renovations@gmail.com

Call **JUST ROOFING** today for your FREE estimate and lock in your spot for a brand new roof — plus, get a chance to win big in our exclusive Early Bird draws!

705 372-3840

** Tous les tirages se feront en ondes à CINN 91,1
** All draws will be held on air at CINN 91.1

GAGNE GROS AVEC LES TIRAGES HÂTIFS !!

Réserve ton nouveau toit dès aujourd'hui et tente ta chance pour gagner des prix incroyables!

- 17 16 mai – \$ Prix en argent de 1000 \$
- 17 20 juin – Cadeau surprise
- 17 18 juillet – Cadeau surprise
- 17 15 août – \$ Prix en argent de 500 \$
- 17 19 septembre – Cadeau surprise

⚡ Plus tôt tu réserves, plus de chances tu as de gagner !
📞 Appelle Just Roofing dès maintenant pour ton ESTIMATION GRATUITE !

WIN BIG WITH EARLY BIRD DRAWS!

Reserve your new roof today & enter for your chance to win amazing prizes!

- 17 May 16 – \$1,000 Cash Prize
- 17 June 20 – Surprise Gift
- 17 July 18 – Surprise Gift
- 17 August 15 – \$500 Cash Prize
- 17 September 19 – Surprise Gift

⚡ The earlier you book, the more chances you have to win!
📞 Call Just Roofing now for your FREE estimate!

Note-le dans ton agenda !
Le **GRAND tirage** final aura lieu en direct le **17 octobre** sur les ondes de **CINN 91,1** — branche-toi et ne manque pas ta chance de gagner !

—

Mark your calendar!
The **Grand Prize Draw** goes live on **October 17th** on **CINN 91.1** — tune in and don't miss your chance to win!