

L'Alliance de Preissac

Journal communautaire

www.preissac.com

Facebook : Journal L'Alliance de Preissac

180, avenue du Lac, Preissac, J0Y 2E0
alliance.preissac@outlook.fr

Mai 2024 Vol. 32 # 10 Gratuit 950 exemplaires

Manoir des Rapides Preissac

912, avenue du Lac, Preissac
819 732-8623

Dépanneur

Tous les jours de 5 h à 21 h

Disponibles au dépanneur :

Pizza 13" fraîche et comptoir lunch.
Variété de mets préparés à emporter.

Cartes de Bingo Boréal.

Suivez-nous sur notre page Facebook,
vous serez informés de tous nos
spéciaux en magasin ainsi que des
plats préparés offerts.

BONNE
Fête des
Mères

Merci de votre encouragement!

Nathalie Inkel et Éric Gosselin

La crue des eaux emporte une partie d'un chemin



Photo : M-J Veilleux



Photo : M-J Veilleux

Dépanneur 4 Saisons

187, avenue du Lac, Preissac
819 759-4429

Heures régulières d'ouverture

Tous les jours : de 7 h à 20 h

Essence, Purolator, Loto-Québec, SAQ
permis de chasse et pêche

Visitez notre page Facebook : Dépanneur 4 Saisons

Au plaisir de vous voir!

Lise Goulet et Yoland Nolet



819 442-0319
INFO@PUITSABITIBI.COM

Une entreprise de chez-nous!

Pensée du mois

La vérité ne dépend pas de la façon dont elle est dite, mais de la façon dont elle est interprétée.

Zoé Valdés

CLSC de Preissac

Voici les soins et services offerts et les modalités d'accès :

Prélèvements sanguins

Offerts à Preissac :

le mercredi 12 juin 2024

Offerts à Sainte-Gertrude-Manneville :

le mercredi 22 mai et 26 juin 2024

Pour prendre rendez-vous : 819 732-3271, poste 4202

À l'hôpital d'Amos : 819 732-0165 ou sur le www.clicsanté.ca

Soins de santé courants

(installation et changement de pansement, lavage d'oreille, injection de médicaments, etc.) offerts au centre de soins ambulatoires de l'hôpital d'Amos

Pour prendre rendez-vous : 819 732-3341, poste 2649

Vaccination

Offerte au CLSC d'Amos

Pour prendre rendez-vous :

Vaccination enfant : 819 732-3271, poste 4202

Vaccination adulte : 819 732-3271, poste 4110

Sommaire

| | |
|--|---------|
| Station 55+ | 2 |
| Horaire de l'infirmière | 2 |
| Chemin des Pêcheurs | 3 |
| Nécrologie | 4 |
| Congrès 2024 de l'AMECQ | 4 |
| Biblio municipale | 5 |
| Chronique de nos aînés | 5 |
| Le deuil | 6 |
| Science citoyenne en A-T | 6 |
| Preissac d'Art en Or | 7 |
| Marche pour l'Alzheimer à Amos | 7 |
| Élan, Maison des jeunes en ACTION! | 8 |
| On jase municipal | 9 |
| Annonce classée | 9 |
| Services gratuits | 9 |
| Recette | 10 |
| Jeux | 10 & 11 |
| Annonces classées | 12 |

| Station 55+ Mai 2024 | | | | |
|--|---|--|--|--|
| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| 102, avenue de la Gare, Amos Station55plus@gmail.com Support aux aînés de l'Harricana | Bienvenue 11h à 16h 819-727-5555 | 1 Dîner jasette en anglais 11h30 à 13h Atelier 13h30 Tricot-broderie-crochet | 2 Exercices 10h avec Lise Migneault Club de lecture 13h30 | 3 Chant Choral 13h15 |
| 6 Cours numérique avec Dany Guillet 9h Tournoi amical de crible 13h30 | 7 Exercices 10h avec Lise Migneault Discussions et macarons avec Valérie Coté 13h30 | 8 Dîner jasette en anglais 11h30 à 13h Atelier de scrabbly au crochet avec Rita Lavoigne 13h30 Groupe D'entraide 13h30 | 9 Exercices 10h avec Laurette Picard Activité spéciale sur la bienveillance 13h30 | 10 Danse en ligne 13h15 |
| 13 Cours numérique avec Dany Guillet 9h Génie sage avec France et Pierre Galameau 13h30 | 14 Exercices 10h avec Lise Migneault Conférence sur la santé mentale positive avec Pascale Boire 13h30 | 15 Dîner jasette en anglais 11h30 à 13h Atelier 13h30 Tricot-broderie-crochet | 16 Exercices 10h avec Lise Migneault Jeu de société Les choses étranges que les humains recherchent 13h30 | 17 Chant Chorale 13h15 |
| 20 Congé | 21 Exercices à 10h avec Lise Migneault Jeu de sac de sable 13h30 | 22 Dîner jasette en anglais 11h30 à 13h Atelier 13h30 Tricot-broderie-crochet | 23 Exercices 10h avec Lise Migneault Gym cerveau avec Lise Migneault 13h30 | 24 Œuvre collective Sur la bienveillance 13h15 |
| 27 cours numérique avec Dany Guillet 9h OHO de livres Apporter votre livre 13h30 | 28 Exercices à 10h avec Lise Migneault Visite de la Petite boutique d'Amos avec Francine Maltais Directrice générale 13h30 | 29 Préparation repas communautaire 9h30 Dîner jasette en anglais 11h30 à 13h Atelier 13h30 Tricot-broderie-crochet | 30 Repas communautaire 11h30 | 31 Chant Chorale 13h15 |

Sois dans le Feu de l'action

Deviens
- pompier/pompière
- premier répondant/première répondante

Nous recrutons

Pour information :

| | | | |
|---|--|--|---|
| Gilles Prévost 819 354-6561 gillies45@hotmail.com | Yan Gosselin 819 727-8757 yanau726@hotmail.com | Tony Bolduc 819 763-0020 toon307@hotmail.com | Richard Lemire 819 880-0022 richardlemire@msn.com |
|---|--|--|---|

| <p>Alliance, Courrier 2^e classe mensuel distribué gratuitement, 10 parutions par an, à 950 exemplaires</p> <table border="0"> <tr> <th>Tombée</th> <th>Distribution</th> <th>Édition</th> </tr> <tr> <td>31 mai</td> <td>18 juin</td> <td>Juin 2024</td> </tr> <tr> <td>Juillet</td> <td>vacances</td> <td>vacances</td> </tr> <tr> <td>Août</td> <td>vacances</td> <td>vacances</td> </tr> </table> <p>Siège social : 180, avenue du Lac, Preissac QC J0Y 2E0 Téléphone : 819 759-4141 Courriel : alliance.preissac@outlook.fr</p> <p>Horaires d'ouverture du bureau : sur rendez-vous seulement. Merci!</p> | Tombée | Distribution | Édition | 31 mai | 18 juin | Juin 2024 | Juillet | vacances | vacances | Août | vacances | vacances | <p>L'Équipe :</p> <p>Photographies : l'équipe du Journal</p> <p>Danielle Magny 819 759-4141</p> <p>Éloïse Bisson</p> <p>Jean-Jacques Dupuis</p> <p>Marie-Josée Veilleux819 442-2273</p> <p>Martine Flageole-Fortin</p> <p>Nicole Marcil</p> <p>Odette Francoeur</p> |
|--|--------------|--------------|---------|--------|---------|-----------|---------|----------|----------|------|----------|----------|--|
| Tombée | Distribution | Édition | | | | | | | | | | | |
| 31 mai | 18 juin | Juin 2024 | | | | | | | | | | | |
| Juillet | vacances | vacances | | | | | | | | | | | |
| Août | vacances | vacances | | | | | | | | | | | |

| | | |
|--|---|----------------------|
| <p>tc.TRANSCONTINENTAL 1500, Jules-Poitras Saint-Laurent QC H4N 1X7</p> <p>AMECQ ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC</p> | <p>Dépôt légal aux Bibliothèques nationales du Québec et du Canada</p> <p>CT Centre de la Traduction AMECQ</p> <p>CPS</p> | <p>Québec</p> |
|--|---|----------------------|

La perte de son conjoint

Pour ceux qui ont eu la chance d'avoir un mariage sain et heureux, la perte d'un conjoint est l'une des plus douloureuses.

Marielle Rioux, intervenante sociale
marou_27@hotmail.com

Il n'y a pas deux personnes qui font leur deuil de la même manière. Par contre, il existe une tâche que doivent remplir toutes les personnes endeuillées si elles veulent pouvoir gérer cette perte de manière saine : racontez votre histoire, de manière répétée, à des personnes de confiance qui vous laissent simplement parler de votre vécu sans jugement et sans essayer d'arranger les choses.

Vous aurez votre propre manière de le faire : chaque détail compte et dire et redire votre histoire est une manière d'intégrer ce qui s'est passé et, chaque fois, cela enlève une petite partie du fardeau et transforme la manière dont vous vous situez dans ce vécu.

Il n'y a pas de déroulement « normal » du deuil. Avancez à votre rythme et résistez à ceux qui disent que vous devriez déjà être passé à autre chose. Attendez-vous à traverser toutes sortes d'émotions : colère, tristesse,

culpabilité, solitude et n'ayez crainte de pleurer, car les larmes permettent d'aplanir la charge émotionnelle.

Prenez soin de votre santé. Vous serez peut-être surpris par les manifestations physiques du deuil, dont l'épuisement. Il y aura des « déclencheurs » dont les dates anniversaire, une chanson, une parole, un endroit, un souvenir... Pour donner du sens à ces moments, demandez-vous : « Est-ce que je préfère être seule ce jour-là ou avec d'autres personnes ? »

Trouvez un réseau de soutien; d'où l'importance de créer des liens avant d'en avoir besoin. Continuez à espérer : un chercheur de l'Université de Harvard a découvert que les personnes qui font face à des événements difficiles s'en sortent généralement mieux que ce qu'elles avaient anticipé. Même si ce n'est pas l'impression que vous avez dans les premiers jours, vous finirez par sortir de cette souffrance.

Science citoyenne en Abitibi-Témiscamingue Avez-vous vu des grenouilles, des salamandres, des couleuvres ou des tortues?

Le Québec compte 36 espèces indigènes d'amphibiens et de reptiles (herpétofaune). Ces espèces comprennent un crapaud, des grenouilles, des rainettes, des salamandres, des couleuvres et des tortues. Fait intéressant, la limite de répartition de plusieurs de ces espèces se situe en Abitibi-Témiscamingue. Amphibia-Nature documente actuellement la répartition de l'herpétofaune dans la région (biogéographie), notamment la présence des couleuvres et des tortues d'eau douce.

Vous avez aperçu un amphibien ou un reptile ?

Vous pouvez signaler vos observations à Amphibia-Nature qui confirmera l'identification de l'espèce et pourra répondre à vos ques-

tions. Tout signalement, récent ou passé, est pertinent s'il est accompagné d'une photo, d'une date et d'un lieu d'observation. Ces données permettront d'accroître nos connaissances sur la répartition des espèces et seront utiles à des fins de conservation des habitats et de sensibilisation du public.



Une couleuvre verte dans son habitat.

Pour communiquer avec nous en Abitibi-Témiscamingue :

Pour nous signaler la présence d'un amphibien ou d'un reptile (vivant, blessé ou mort) et nous faire parve-

nir une photo, vous pouvez nous contacter par courriel : info@amphibia-nature.org Vous pouvez aussi nous joindre au 418 408-5884 ou au 438 491-1914.

Ce projet de science participative est réalisé sur une base bénévole.

Amphibia-Nature est un groupe de recherche spécialisé œuvrant au Québec. Pour en savoir plus sur les amphibiens et les reptiles : <https://www.amphibia-nature.org/>



Une tortue serpentine sur le bord d'une route.



**CHALET
SPA
MASSOTHÉRAPIE**

Le Monarque

MASSOTHÉRAPIE

MASSAGE THÉRAPEUTIQUE
MASSAGE DE DÉTENTE
MASSAGE AVEC VENTOUSES
DRAINAGE LYMPHATIQUE
REFLEXOLOGIE
FEMME ENCEINTE (12 SEMAINES ET PLUS)
ENFANT ET BÉBÉ
TECHNIQUE D'ACUPRESSION
MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

SUR RENDEZ-VOUS

36 CHEMIN DES MÉRISIERS-PRÉISSAC, J0Y 2E0

LOCATION DE CHALET

CHALET 4 SAISONS
PEUT ACCUEILLIR JUSQU'À 14 PERSONNES
NUMÉRO DE PERMIS CITO: 514946

851 CHEMIN DE LA POINTE-PRÉISSAC, J0Y 2E0

Pour prendre rendez-vous ou pour plus de détails,
contactez Melanie Ducharme au (819) 732-6080

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux!

AVIS PUBLIC

Ministère des Ressources naturelles et des Forêts

LE MINISTÈRE DES RESSOURCES NATURELLES ET DES FORÊTS (MRNF) POURSUIT CETTE ANNÉE SON PROGRAMME DE PULVÉRISATIONS AÉRIENNES POUR LUTTER CONTRE LA TORDEUSE DES BOURGEONS DE L'ÉPINETTE (TBE) DANS LA RÉGION DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE.

Ces pulvérisations aériennes, qui durent de quatre à cinq semaines, débutent entre le 20 et le 27 mai si les conditions météorologiques le permettent. Une superficie totale d'environ 105 000 hectares de forêts vulnérables sera traitée en forêt publique et en forêt privée. **La zone ciblée est située à l'ouest de l'Abitibi, entre Notre-Dame-du-Nord et Normital (le long de la frontière avec l'Ontario), et dans les secteurs de Rouyn-Noranda, d'Amos, de Senneterre et à l'est de Témiscamingue.**

Afin de protéger les aiguilles des conifères touchés contre les dommages causés par la TBE, l'insecticide biologique *Bacillus thuringiensis* var. *kurstaki* (Btk) sera utilisé dans le cadre de ces opérations.

La Société de protection des forêts contre les insectes et maladies (SOPRIM), mandatée par le MRNF, a la responsabilité d'effectuer ces pulvérisations aériennes.

Précisons que l'insecticide biologique utilisé par la SOPRIM est homologué par Santé Canada et que son utilisation a été jugée sans risque pour la santé humaine et l'environnement.

Pour toute information concernant la TBE, communiquez avec le MRNF par courriel à abitibi-temiscamingue.forst@mrnf.gouv.qc.ca ou par téléphone au 819 763-3388. Nous vous invitons à privilégier les communications par courriel électronique.

Pour toute information sur l'insecticide utilisé et les opérations de pulvérisation aérienne dans la région de l'Abitibi-Témiscamingue, communiquez avec la SOPRIM au 1 877 224-3381 ou visitez le site Web au www.soprim.qc.ca.

