En ligne - **http://lesloisirsdepalmarolle.e-monsite.com**

JOURNAL **LE PONT** de PALMAROLLE

2012 Novembre

Photo: Jacques Fontaine

Vous rappelez-vous?

Comme disent souvent les vieux grincheux : « c'était dont le bon temps »!

page 4

AMECQ ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Tirage Certifié AMECQ

Culture, Communications et Condition féminine Québec

Ce projet est réalisé grâce à une contribution financière provenant de l'entente de développement culturel intervenue entre le Journal Le PONT de Palmarolle et le ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine.

MUNICIPAL

Prochaines séances du conseil
- 5 novembre
- 3 décembre

Les séances ont lieu à 20 h au 499, route 393 Palmarolle

SOMMAIRE

Agriculture	14
Communautaire	3 à 11
Culturel	13
Éducation	12
Environnement	15
Finances	16
Municipal	2
Opinions	
Santé	8-9

Journal
LE PONT de Palmarolle

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Présidente :	Christiane Plante
Vice-présidente :	Hélène Gauthier
Secrétaire :	Clarisse Vachon
Trésorière :	Denise Mercier
Directeurs :	André Chrétien
	Carolle Hamel
Rédacteur en chef:	André Chrétien

Placez votre publicité dans le Journal LE PONT de Palmarolle

C'est une visibilité incontournable

Tiré à 630 exemplaires
1/4 page 10 $ - 1/2 page 20 $ - Page 40 $ - annonces 2 $
journallepont@hotmail.com
C. Plante 819-782-4233
A. Chrétien 819-787-2996

Tombée: 18 du mois

Nouvelles du conseil municipal

Le Journal Le Pont de Palmarolle a été avare de nouvelles de votre conseil municipal depuis quelque temps. Nous sommes présentement à penser une formule qui permettra à nouveau de vous renseigner sur les politiques municipales. Nous voudrions, à chaque édition, vous présenter un dossier sur différents domaines ou services, de façon à vraiment vous renseigner en profondeur sur chacun d'eux.

Par exemple, on pourrait vous décrire les fonctions et les responsabilités confiées aux employés municipaux pour que vous soyez au courant de ce qu'ils accomplissent quotidiennement pour vous offrir une qualité de vie dans votre patelin.

Une autre fois, on pourrait vous renseigner sur la machinerie, sur les équipements dont dispose votre municipalité, leurs fonctions, leur coût, leur utilité, etc. Ce ne sont là que quelques sujets susceptibles de vous faire comprendre davantage les rouages de l'administration municipale.

Ajoutons à cela : la bibliothèque, les pompiers, la voirie municipale, le service de ramassage de la récupération et des ordures, etc.

Si vous aviez le goût de participer à la rédaction de ces chroniques, l'équipe de votre journal en serait enchantée et vous seriez la ou le bienvenu.

Cela ne pourrait consister qu'à recueillir des données par des rencontres avec les élus ou les employés, puis, avec celles-ci, un journaliste de l'équipe pourrait rédiger des articles mensuels.

Pour nous contacter, vous pouvez composer le 819 787-2996 ou nous contacter à l'adresse électronique suivante : journallepont@hotmail.com

Au plaisir de vous entendre ou de vous lire!

André Chrétien

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

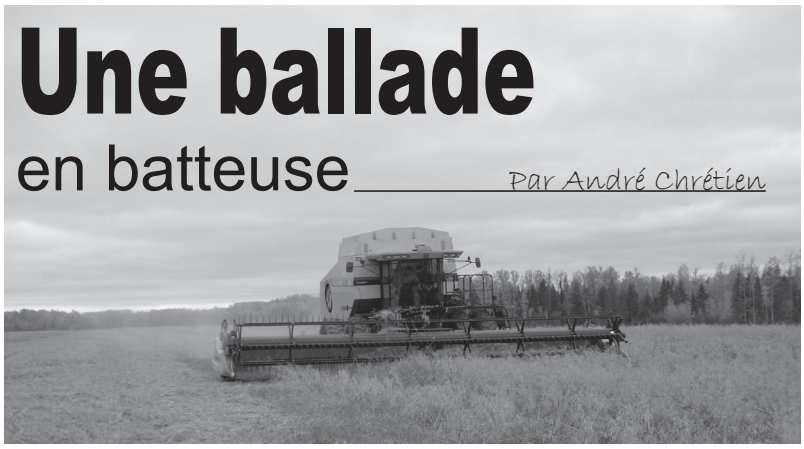
Date	Événements	Lieu	Heure
1 nov	Santé prévention	Centre municipal	9h 45
4 nov	Brunch des fermières	Centre municipal	10h à 13h30
5 nov	Conseil muicpal	Salle du conseil	20 h
5 nov	Rencontre mensuelle MFC	Centre municipal	13 h
6 nov	Vaccination - Duparquet	Centre loisirs	13h 30 à 16h 30
9 nov	Inscription Option-dialogue	819-762-1284 * 233	
11-18 nov	Semaine nationale MFC		
12 nov	Conférence schizophrénie	Centre des congrés- Rouyn	18 h
13 nov	Vaccination - Palmarolle	Centre municipal	13h 30 à 16h 30

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Une solution communautaire!

Une ballade en batteuse

Par André Chrétien



Pendant la première semaine d'octobre, Dame Nature a bien voulu nous accorder quelques jours d'ensoleillement. Bien sûr les agriculteurs ont sauté ou plutôt grimpé sur leurs machines pour commencer la moisson.

L'une de ces machines travaillait déjà sur une ferme du rang sept. Son propriétaire, Ronald Demers, un entrepreneur en moissonnage, venu de l'Épiphanie dans Lanaudière, m'a invité à bord pour un tour de champ, ce qui représente une distance de trois kilomètres, aller et retour.
C'est par un escalier – pas une échelle – que l'on accède à la « cabine de pilotage » où nous attend un deuxième siège aussi confortable que celui du conducteur.

Ce qui impressionne, c'est à première vue la somptuosité de l'habitacle tout en plexiglas, puis, une fois la porte refermée, c'est le silence presque total qui contraste avec le vacarme extérieur que produit ce monstre avaleur d'avoine, sur une largeur de plus de dix mètres (35 pieds) à la vitesse d'un homme à la course.

Cette grosse bête possède une intelligence très développée, elle peut se conduire seule, en effet elle se dirige en ligne parfaitement droite à l'aide d'un GPS. Un écran coloré donne aussi au conducteur une foule de renseignements utiles, entre autres, il montre le champ en colorant les aires déjà moissonnées, les rigoles; il donne aussi la pesanteur de la charge de grain accumulée dans son ventre qui peut en contenir huit tonnes.
Il faut parfois faire le vide de ce grain, c'est alors qu'arrive un gros tracteur attelé sur une immense benne qu'il accole à la batteuse, à peine cinq minutes plus tard, on y a déjà, grâce à un tuyau gros comme celui d'un ponceau « calvette » transvidé le contenu.

Puis les machines repartent, la première reste au champ et, le tracteur et la benne vont rejoindre un superbe camion remorque, garé près de la grand-route, dans lequel on déversera le contenu jusqu'à ce qu'il en ait accumulé plus de 44 tonnes métriques. Un autre semblable le remplacera aussitôt qu'il aura quitté pour une destination, peut-être Montréal ou Toronto… je ne saurais préciser.

Eh oui! L'agriculture change de face, tout est grand, tout est plus gros. Une chose est certaine : c'est que les terres de Palmarolle continuent et continueront à produire de la richesse, mais selon un autre mode que celui que nous avions connu jusqu'à aujourd'hui. Comme disait le Capitaine Bonhomme :
« Les sceptiques seront confondus. »
Ceux qui prédisaient la mort de l'exploitation agricole en région doivent devant les faits se rétracter. Puis, des ouvriers d'ici seront embauchés pour labourer à chaque année ces 1 000 âcres de terrain. Ils en feront ensuite le hersage, le nivellement puis réensemenceront … Et la roue tournera sans cesse, car il y aura toujours plus de bouches à nourrir sur la planète. C'est ce que les nouveaux propriétaires des terres de Palmarolle et d'ailleurs ont bien compris ■

Un chien silencieux

Par André Chrétien

Dans la dernière édition du Journal Le Pont de Palmarolle, on nous parlait de chiens qui aboyaient et qui nuisaient à la quiétude de leur voisinage. Voici maintenant l'histoire d'un chien qui n'aboie plus.

Le propriétaire d'une terre, en bordure du village, l'a retrouvé attaché à un arbre, mort, une balle dans la tête, la cervelle éclatée. Son maître avait décidé de s'en débarasser… de manière « douce et délicate ». Ce geste, plutôt barbare, devient d'autant plus odieux quand le cadavre de l'animal est laissé sur place, sur la propriété privée d'un citoyen.

Le même propriétaire a aussi, dernièrement retrouvé au même endroit, les restes de carcasses d'orignal et d'ours.

Faudrait-il rappeler aux personnes qui posent de tels gestes que ceux-ci sont inadmissibles, tant au point de vue de la justice, de l'honnêteté et de l'écologie. Ils sont civilement condamnables.

Comment peut-on avoir la conscience en paix quand on oblige un tiers à ramasser des « charognes » qu'on a abandonnées sur sa propriété?

Vous rappelez-vous?

Après avoir écrit cet article «Une ballade en batteuse», je sens comme le besoin d'exprimer mes souvenirs de la maison de mon enfance, il y a 60 ans.

Par André Chrétien

J'avais neuf ans, monsieur Gérard Bernier, le père de Rolland et de Réjean de Palmarolle, arrivait chez nous de bon matin avec l'un de ses fils, probablement Émile, qui conduisait le petit Massey Ferguson gris, tandis que son père, assis sur le siège métallique de la machine, jouait avec les pédales, les manettes d'embrayage et d'ajustement.

Monsieur Bernier était l'un des rares cultivateurs à posséder un tel équipement. Il se tenait à la fine pointe du progrès, pour le temps bien sûr, chez lui, le tracteur avait remplacé la « team» de chevaux. Quant à la moissonneuse, c'était un modèle fait pour la traction animale qu'il avait modifié pour l'adapter au tracteur.

C'était une merveille de le voir sillonner le champ, la machine crachant à chaque trois secondes, une gerbe bien attachée avec une corde de lieuse. Bien sûr, la moissonneuse-batteuse n'existait pas, du moins pour nous, à cette époque. Nous, les enfants, aidés de papa, nous ramassions les gerbes pour les monter debout, les grouper en « stoucks » et les laisser sur le champ pour faire javeliser le grain, c'est-à-dire, pour finir le mûrissement avant les battages, ce qui était aussi toute une aventure. Après les battages, on mettait le grain dans un « carreau à grain » comme on appelait cela. Ce dispositif d'entreposage ne devait même pas équivaloir au contenu de la batteuse dont je vous ai parlé dans les pages précédentes, c'était pourtant toute la récolte de l'année.

Quel plaisir nous avions à jouer dans ce carreau, on sentait couler le grain sur notre corps, on s'enfonçait jusque sous les bras dans ce froment doré, on s'y ensevelissait complètement.

Quand je vois des enfants jouer dans le carreau de boules chez certains restaurants McDonald's, ça me rappelle ces beaux moments, c'était d'autant plus plaisant que nous le faisions à l'insu de notre père qui nous l'interdisait.

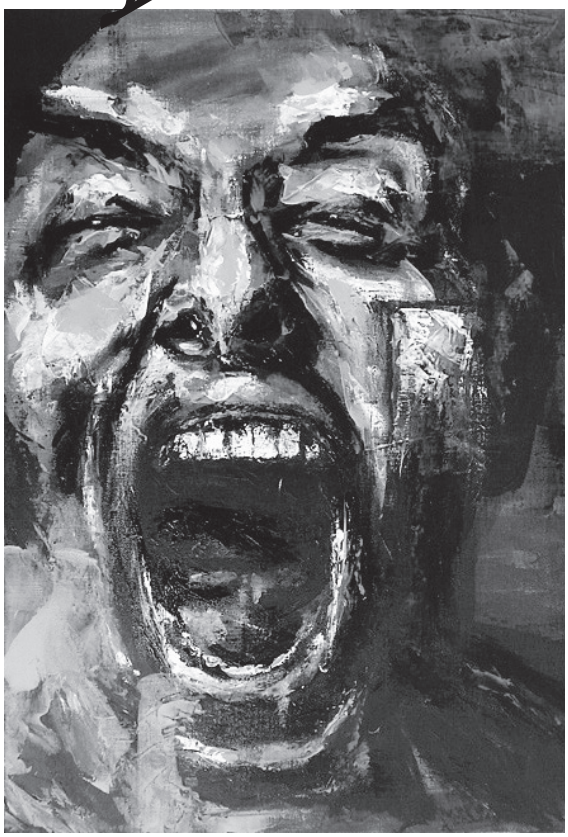
Inutile de le cacher à notre mère, car de retour à la maison, on en semait partout sur les planchers. Quand arrivait la lessive, en tournant les poches de pantalon à l'envers, c'était des poignées d'avoine qui en sortaient accompagnées d'une multitude d'objets (des cossins) hétéroclites que l'on traînait avec nous pour faire du troc avec les copains à l'école.

Comme disent souvent les vieux grincheux : « c'était dont le bon temps »!

Jean-Pierre Robichaud

chronique phylosophique

La mort



Il n'est d'âme paisible qui n'extirpe de ses entrailles, un jour ou l'autre, le cri puissant de la rage devant l'incompréhension d'un geste aussi bête qu'inattendu du destin.

--Non-on-on-on-on-on !...Un puissant cri de détresse, qui lui fit fléchir les genoux, saisir à pleine main le temps et l'enserrer jusqu'à l'étouffer, voulant l'arrêter, revenir en arrière ne serait-ce que cinq petites secondes et crier au fiston: «Non!... Attends!... Fais pas ça!»

Mais l'horloge du temps continua inexorablement sa marche vers le futur, volant les secondes de la vie l'une après l'autre. À travers un rideau de larmes, il devina des formes affolées, puis interdites, face au drame qui se découvrait à eux dans toute sa cruauté. D'autres silhouettes apparurent qui semblaient ne pas craindre la mort car elles se penchèrent sur le corps, déjà désâmé. Il les entrevit qui s'efforçaient, dans une ultime tentative, de disputer la chair de sa chair à la faucheuse qui ricanait déjà sous sa cape. Puis ils couchèrent le petit corps sur une civière qu'ils portèrent à un véhicule dont la gueule béait. Elle avala le tout et se referma brutalement sur le lambeau arraché à son âme.

Pendant quelques mois, fuyant le lieu du drame, il remorqua son chagrin, le jour en errant, la nuit en le volant. Aussitôt qu'il s'étendait sur son lit, les pénibles images du passé envahissaient sa chambre. Elles s'emparaient de tout son être, accaparantes, persistantes et dévorantes comme une nuée de mouches noires en juin. Son corps se décharna et son esprit s'éteignit. Il mourait à son tour, lentement. Puis il voulut se noyer de travail et fuir sa douleur dans des ailleurs hypnotiques, miroirs aux alouettes, qu'il esquiva à la dernière minute.

Et un matin, après avoir péniblement traîné son corps disloqué toute la nuit, son regard, jusque-là absent, indifférent aux gens qu'il croisait, s'accrocha à celui d'un enfant. Une parcelle de lumière s'échappa des yeux de ce dernier et rejoignit les siens. C'est alors q'une voix intérieure se manifesta :

«Tu t'enfermeras pour faire ce qui n'a pas été fait : pleurer toutes les larmes de ton corps, crier, hurler, maudire le sort qui a pompé ta vie en abrégeant celle que tu chérissais.»

En demeurant sur place, sur les lieux de sa détresse, en l'affrontant de face, il finit par la surmonter. Au début ce fut terrible, puis un matin, il se réveilla tout surpris de vivre dans sa carcasse affaissée. Et, lentement, une lumière minuscule s'alluma, grandit et l'envahit. Il renaissait de ses cendres.

INAUGURATION DE LA COUR D'ÉCOLE

Le 31 août dernier a eu lieu l'inauguration de la cour d'école à Palmarolle. Ce beau projet a vu le jour grâce à l'énergie des nombreux bénévoles ainsi que de plusieurs commandites pour cette réalisation.

Cependant, un oubli a été fait :
les Chevaliers de Colomb ont versé un montant de
1 000 $ en commandite, ce qui ne paraît nulle part !

Les Chevaliers de Colomb

Rosaire Plante, secrétaire financier
Conseil de Palmarolle
des Chevaliers de Colomb

Le 27 août dernier, monsieur Robert Boulet et son épouse, madame Yvonne Allaire, ont célébré leur 65e anniversaire de mariage

65e anniversaire de mariage

Par André Chrétien

Dans la dernière semaine de septembre, les journaux régionaux nous parlaient de deux événements qui avaient, par coïncidence, un rapport étroit entre eux. D'abord, on nous disait que dans la semaine du 8 au 12 octobre, la télévision mettrait à l'honneur les familles Boulet et Boulay. On nous annonçait également que monsieur Robert Boulet et son épouse, madame Yvonne Allaire, avaient célébré le 27 août dernier leur 65e anniversaire de mariage, ce qui n'est pas sans importance puisque, depuis plus de 72 ans, monsieur et madame Boulet habitent notre municipalité et que, pendant ces longues années, ils ont pris une part active dans l'évolution de notre municipalité.

Il était donc intéressant que je me rende chez ces « nouveaux mariés » pour en savoir plus, auprès de M. Boulet sur ces moments vécus pendant ces trois quarts de siècle.

On aurait commencé à désigner des personnes sous le nom de « Boulé » ceux qui vivaient dans un lieu planté de bouleaux, puis le nom a pris l'orthographe de Boulet, Boulay ou Boulais. Quant à monsieur Boulet, de Palmarolle, il est issu d'une famille Boulet de Montmagny. Son ancêtre portait aussi le nom de Robert, à son arrivée en Nouvelle-France, il s'est installé à Montmagny. Né dans cette même paroisse le 16 juin 1922, c'est 18 ans plus tard qu'il prenait le train avec son père, Évariste, et toute la famille, direction Abitibi, plus précisément : Palmarolle.

Qu'est-ce qui a pu motiver son père à un tel « exil », lui qui était très bien installé sur une ferme prospère dans le bas St-Laurent? Évariste avait sept garçons, comme il incombait au père, dans ce temps, la responsabilité de leur trouver des terres où les établir, il n'y en avait plus de disponibles dans ce coin de pays.

Un grand oncle de Robert, Monseigneur Boulet, apôtre de la colonisation, en 1940 conseilla à son neveu, Évariste, de venir à Palmarolle où les terres étaient abondantes et pleines de promesses. C'est donc sur cinq lots achetés à madame Ida Morissette dans le rang huit que s'installa la nouvelle famille.

Ce fut le départ d'une période de prospérité, les garçons grandirent puis occupèrent les terres, en acquirent d'autres et, à leur tour, élevèrent des enfants susceptibles de prendre la relève et de poursuivre la descendance des Boulet à Palmarolle et dans les paroisses environnantes.

Monsieur Robert a occupé une foule de postes importants autant au niveau municipal, scolaire, religieux, social, professionnel et économique à Palmarolle. Entre autres, président de la caisse populaire, conseiller municipal, vice-président de l'Union des producteurs agricoles (UPA), membre du Club Lions, il est toujours président de l'Office d'habitation de Palmarolle.

C'est dans l'exercice de ces fonctions que M. Boulet a vécu des moments heureux et remplis de satisfaction. Certains moments ont cependant été plus difficiles à vivre, c'est avec émotion qu'il me racontait le décès de l'un de ses fils, celui qui devait prendre la relève sur la ferme paternelle. Certaines responsabilités ont aussi été lourdes à porter, principalement lorsqu'il était marguillier et qu'il a fallu prendre la décision de démolir l'église, après qu'elle fut condamnée par un ingénieur dont on a toujours douté de la compétence…

Encore plus difficile cette décision de demander à l'évêque d'Amos de destituer le curé de la paroisse à la même époque. C'était un dossier très délicat à traiter compte tenu de l'autorité de l'Église dans ce temps-là.

Monsieur Boulet a maintes fois prouvé ses talents d'administrateur. C'est avec rigueur mais aussi avec doigté qu'il a su gérer ses propres affaires et celles des mouvements dans lesquels il a œuvré. Ce sont des qualités qu'il a su léguer à ses enfants, et même à ses petits-enfants, qu'on pense à Bertrand qui a, de toute pièce, monté un commerce de quincaillerie à Macamic et dont la fille, Mélanie, est maintenant copropriétaire dans un nouveau magasin ultra-moderne offrant des services au niveau régional.

C'est donc avec plaisir que l'équipe du Journal Le Pont de Palmarolle souhaite à M. et Mme Boulet un merveilleux anniversaire de ce mariage qui a « pour le meilleur » duré toutes ces années.

Félicitations!
Et ça continue.

Cercle des *Fermières*

Mélanie Pelletier, conseillère en communication

Brunch annuel
des fermières

4 novembre 2012
de 10 h à 13 h 30

Mélanie Pelletier, conseillère

Les fermières de Palmarolle vous invitent à venir à leur brunch le 4 novembre 2012, de 10 h à 13 h 30. Vous pouvez vous procurer vos billets à la porte le jour même.

Adultes : 8 $

Enfants de 6 à 12 ans : 5 $

Enfants de 5 ans et moins : gratuit

C'est donc un rendez-vous au Centre municipal, 124, rue Principale, Palmarolle. Nous vous attendons en grand nombre. Nous pourrons discuter avec vous et vous montrer quelques pièces artisanales.

Savez-vous ce que le sigle OLO signifie? Orange, lait, œuf. Oui, mais c'est beaucoup plus que ça! Cette association vient en aide aux jeunes mamans de moins de 20 ans, en couple ou célibataires, et qui ont un faible revenu. OLO leur donne des coupons pour qu'elles puissent se procurer ces trois produits à l'épicerie. Elles ont également droit à de l'aide à domicile par des infirmières et d'autres intervenants. Elles peuvent profiter de cette aide gratuitement sans avoir peur de se faire juger.

Nous avons eu la chance de recevoir le témoignage d'une jeune maman en octobre. Notre invitée a reçu l'aide d'OLO lors de ses deux grossesses, et ce, pour une durée de quatre ans, puisque l'aide continue lors de l'allaitement. Des liens très forts se sont tissés entre ses intervenantes et elle. Orange, lait, oeuf s'avère être une association précieuse pour plusieurs jeunes mamans. Nous remercions notre invitée pour son témoignage qui nous a fait connaître d'avantage ce qu'OLO peut faire pour ces femmes. Ainsi, afin d'aider nos jeunes mères à avoir de beaux bébés en santé, les fermières sont fières de s'associer à OLO.

Vous trouverez dans les commerces de Palmarolle des banques jaunes afin de recueillir des fonds pour leur venir en aide. Donnez généreusement afin de soutenir de jeunes mamans dans le besoin.

N'oubliez pas notre prochaine réunion le mercredi 14 novembre 2012, à 19 h 30, à l'endroit habituel. Pour le concours du mois : tarte à la farlouche et doudou cœur au chaud sont demandées.

La tarte à la farlouche

La tarte à la farlouche est un dessert québécois qu'on ne peut pas réinventer.
Le dessert du pauvre comme on l'appelait si bien autrefois.
C'est une tarte à la mélasse composée de raisins secs.

Ingrédients :

1 tasse de mélasse
1 tasse de cassonade
3 œufs battus
1 c. à table de beurre
1 tasse de lait
2 c. à table de fécule de maïs
1 tasse de raisins secs
1 pâte brisée

Préparation :

Dans une casserole, faites chauffer à feu moyen la mélasse, la cassonade, les œufs, le beurre et le lait.
Ajouter la fécule de maïs et laisser cuire un peu en remuant constamment (jusqu'à épaississement). Ajouter les raisins hors du feu et mélangez.

Versez la préparation dans le fond de la tarte et enfournez environ 35 minutes à 350º F
Laissez refroidir complètement avant de couper.

Truc du mois : Pour enlever la rouille sur la lame d'un couteau, frottez-la avec un oignon coupé en deux et passez-le dans du sucre en poudre.

Les fermières de Palmarolle ramassent des doudous afin d'aider les enfants qui sont confiés à la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ). En effet, ces couvertures sont offertes aux enfants afin qu'ils aient un point de repère lorsqu'ils changent de famille. Cette doudou devient un lien d'attachement très important pour eux. Toutes les personnes désirant contribuer sont les bienvenues et soyez assurées que ce sera très apprécié. Vous pouvez apporter vos dons soit le 4 novembre lors du brunch, soit le mercredi 14 novembre à la réunion.

Chronique santé

Dominique Aubin, infirmière

Suite à l'article du mois passé, vous avez sûrement plusieurs questions dans la tête. C'est pourquoi j'aimerais reprendre avec vous certains sujets abordés dans l'article précédent afin de mieux les approfondir et ce, dans les prochains numéros du Journal Le Pont de Palmarolle

Le retrait de points de suture

Bien entendu, chaque infirmière a les qualifications pour les enlever et nous avons le matériel nécessaire pour le faire. Par contre, puisqu'il existe différents types de plaies et de points, il est nécessaire pour nous d'avoir une prescription du médecin nous indiquant le moment précis où les points doivent être retirés. Certains points de suture sont « fondants » et ne nécessitent donc pas de les faire enlever. Les autres points, qui sont en réalité semblables à une couture avec du fil, peuvent habituellement être retirés 7 à 10 jours après leur installation. Nous utilisons pour ce faire un ciseau et des pinces stériles, spécialement conçus à cet effet. Le retrait est habituellement non douloureux mais peut être inconfortable si la plaie a saigné, ce qui fait que les points sont collés. Selon le site des points, nous installons des « stéri-strips», ou bandes de rapprochement, pour aider à maintenir les bords de la plaie jusqu'à la guérison complète. Ces pansements collants ne nécessitent aucune protection par-dessus sauf s'il y a présence d'un écoulement. Ils tomberont d'eux-mêmes au bout d'une à deux semaines. Les « stéri-strips » peuvent aussi être utilisées seules si la plaie ne nécessite pas de points de suture, par exemple, si la plaie est peu profonde ou mesure moins de 2 cm. Vous pouvez alors vous procurer des pansements à la pharmacie ou demander à l'infirmière de vous aider à les installer.

En ce qui concerne tout autre type de plaie, vous pouvez trouver le matériel ainsi que des conseils appropriés auprès du personnel en soins infirmiers de votre pharmacie. Nous pouvons aussi vous offrir de faire vos pansements régulièrement à la pharmacie. Ce service peut alors être sur rendez-vous, selon votre convenance. Nous offrons le suivi de plaie afin de choisir les pansements les mieux adaptés à votre condition. Lorsqu'il s'agit d'une plaie dite chronique, c'est-à-dire de plus de 6 mois, il est parfois possible, avec une prescription de votre médecin, de faire payer les pansements que vous utilisez par la RAMQ.

Si vous avez des questions particulières en lien avec les soins infirmiers ou des idées d'articles, vous pouvez venir me rencontrer à la pharmacie. Puisque le sujet est vaste, je poursuivrai ma chronique dans le prochain numéro du journal.

Les types de pansements, le nettoyage des plaies ainsi que l'utilisation d'onguents antibiotiques

De nos jours, les pansements ont beaucoup évolué. Il est certain qu'un simple diachylon peut faire l'affaire en protégeant la plaie des saletés et des micro-organismes tout en absorbant les écoulements. Cependant, de nouveaux pansements nous permettent maintenant de favoriser la granulation (c'est-à-dire la croissance de nouvelles cellules) tout en aidant au débridement (retrait des cellules mortes) pour accélérer la guérison. Chaque plaie et chaque patient étant unique, il est primordial d'adapter les soins à vos besoins, en particulier les patients diabétiques ou ayant de l'insuffisance veineuse ou artérielle.

Le nettoyage de la plaie est aussi important. Les méthodes de nos grands-mères, qui tuaient les microbes avec de l'alcool ou du peroxide, sont maintenant désuètes. Ces produits risquent de brûler les nouvelles cellules qui aident à la guérison. Il est donc recommandé de nettoyer les plaies avec de l'eau bouillie ou des fioles de NaCl. 9 %, qui est de l'eau salée au même pourcentage que celle de notre corps.
Ces fioles sont disponibles en format jetable à la pharmacie. Vous pouvez donc rincer abondamment puis assécher avec une compresse stérile en tapotant. Bien sûr, cette méthode s'utilise surtout dans le cas de plaies un peu plus importantes.

Le nettoyage à l'eau du robinet et au savon est encore une méthode efficace pour les simples écorchures, brulûres ou coupures. L'important est de protéger la plaie par la suite pour éviter l'infection et absorber les écoulements.
De plus, en ce qui concerne l'utilisation des crèmes antibiotiques (par exemple, le polysporin), il est primordial de les utiliser avec parcimonie. De plus en plus de gens sont résistants aux antibiotiques, ce qui complique le traitement de certains problèmes de santé et augmente le risque de décès. Nous sommes régulièrement en contact avec des antibiotiques, que ce soit dans la nourriture ou le traitement de diverses maladies, ce qui favorise la résistance.

C'est pourquoi il est conseillé d'utiliser les crèmes antibiotiques seulement lorsque la plaie présente des signes d'infection, c'est-à-dire rougeur, chaleur, enflure ou augmentation des écoulements. Par contre, si vous vous êtes blessé avec un objet ou dans un lieu présentant des risques d'infection, vous pouvez utiliser une crème antibiotique en prévention. Si vous n'êtes pas certain que votre plaie présente des signes d'infection, vous pouvez aussi utiliser un onguent en prévention, ou bien consulter le pharmacien ou l'infirmière. Certains types d'onguents, comme le bacitracin, ou « baciguent », favorisent mieux la prévention de l'infection tout en ne nuisant pas à la granulation. Vous pouvez vous informer auprès du pharmacien pour connaître l'onguent le mieux adapté à vos besoins.

Centre de santé et de services sociaux des Aurores-Boréales

CAMPAGNE DE VACCINATION ANTIGRIPPALE

Endroit	Date	Heure	Locaux
Duparquet	6 novembre	13h30 à 18h30	Centre des Loisirs, 81, Principale
Palmarolle	13 novembre	13h30 à 18h30	Centre Municipal, 124, Principale

SQS
SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE de la SCHIZOPHRÉNIE

La Société québécoise de la schizophrénie vous invite à une soirée grand public visant à démystifier la schizophrénie.

Faire la lumière sur la schizophrénie:
COMPRENDRE ET AIDER COMPRENDRE AIDER

· Quest-ce que la schizophrénie?
· Le traitement biopsychosocial
· Le rétablissement
· Des réponses à vos questions
www.schizophrenie.qc.ca 1-866 888-2323
info@schizophrenie.qc.ca

Organisée par: La société de schizophrénie et en collaboration avec l'Agence de santé et services sociaux

Conférencier: Dr Pierre Lalonde, M.D., FRCPC, FAPA, psychiatre à l'Hôpital Louis-H. Lafontaine, professeur titulaire à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal.
Un projet de la SQS réalisé grâce à l'appui financier de Bristol-Myers Squibb Canada

Ouvert à tous . Un léger goûter sera servi

Lundi 12 novembre
18h
Centre de congrès
41, 6e rue
Rouyn-Noranda

GRATUIT

En exclusivité: Si prêts si proches, la conquête d'une place à prendre, une capsule théâtrale qui vous fera voyager dans l'oeil du cyclone du vécu des familles.

88 % des Québécois disent avoir déjà entendu parler de la schizophrénie. Cependant,50% seulement en avaient la bonne description.

fadoq
Région Abitibi-Témiscamingue
CLUB BON TEMPS DE PALMAROLLE

Tournée provinciale

Santé Prévention

Le Club Bon Temps de Palmarolle invite toute la population à la journée Santé Prévention le jeudi 1er novembre 2012, à 9 h 45, au centre municipal de Palmarolle.

Lors de cette tournée, vous assisterez à des conférences et au spectacle de Patsy Gallant.
Les cartes incluant le dîner 14 $.

Vous pourrez vous les procurer chez Jean Coutu et auprès de Mme Francine Boulet au 819 787-2518 et de Mme Lisette Laflamme au 819 787-2693.
Venez en grand nombre et réservez tôt!

Maurice Castonguay
Président

OPTION-DIALOGUE

Recherche de médiateurs bénévoles pour le secteur d'Abitibi-Ouest!

Pour devenir médiateur, il faut :

- Être âgé de plus de 18 ans
- Faire preuve d'empathie et d'écoute
- Avoir la capacité de travailler en équipe
- Suivre la formation complète
- Être disponible

Formation

17 et 18 novembre 2012

Lieu : À déterminer

Date limite d'inscription : 9 novembre 2012

Parce que des conflits bien gérés, tout le monde y gagne!

Pour toutes informations ou pour une inscription, veuillez contacter :

Mélissa Rancourt 819 762-1284 #223
liaison-justice@cablevision.qc.ca

VIACTIVE

Invitation

La pratique régulière et adaptée d'activités physiques est un excellent moyen d'accroître la longévité et de conserver son autonomie plus longtemps.

C'est pourquoi, le programme Vie-Active de Kino-Québec est offert à tous les mardis soirs, de 19 h à 20 h, à la salle du Club Bon Temps de Palmarolle.

Malheureusement peu de personnes saisissent cette opportunité. Il serait dommage d'abandonner ce programme, faute de participants.

Violette Jacques-Mercier et Diane Cadotte

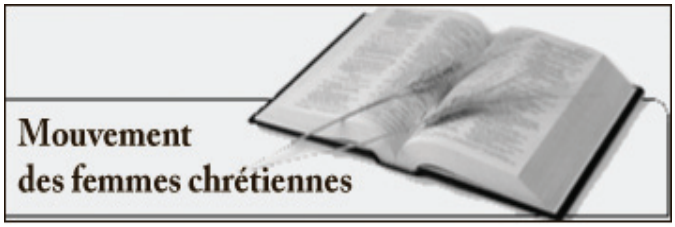
CÉLÉBRATION AU CIMETIÈRE DE PALMAROLLE

En septembre dernier a eu lieu une célébration à notre cimetière de Palmarolle. Beaucoup de gens se sont déplacés pour rendre un dernier hommage à nos défunts de l'année.

En marchant à l'entrée, on sentait déjà une fraîcheur de propreté, le gazon bien coupé partout, le long des monuments, les clôtures bien entretenues, partout un travail bien fait par nos deux bénévoles qui s'occupent très bien de ce lieu de notre paroisse Notre-Dame de la Merci ; elle porte bien son nom !

Un merci sincère à M. Jean-Marie Depont et M. Yves Fortier pour leur beau travail.

Rosaire Plante



FAMILLE TREMPLIN SOCIAL VISION D'AVENIR

Rencontre du mois de novembre

Thème : Harmonisation familiale

But :Accroître l'esprit de famille

Objectifs : Planifier des moyens pour mieux vivre en harmonie et responsabiliser chaque membre de la famille

Date : 5 novembre 2012, dès 13 heures

Lieu : Palmarolle, centre municipal (en haut)

L'équipe apostolique de Palmarolle

Par Dolorès Guertin-Audet 819-787-2795

SEMAINE NATIONALE DU MFC

C'est du 11 au 18 novembre 2012 que les membres du Mouvement des Femmes chrétiennes sont appelés à réfléchir sur le but et l'existence du MFC, à le faire mieux connaître et faire du recrutement…

Le 11 novembre, les femmes feront le service à la messe de 11 heures. Le 12 novembre, un projet spécial est organisé à la salle municipale en haut :

- Arrivée à 11 heures
- Dîner sur place : on apporte notre lunch
- Conférence sur la famille donnée par une responsable de la maison de la famille
- Activités et jeux.

Pour info :819 333-4126 ou 819 787-2795

Par Dolorès Guertin-Audet

TÉMOIGNAGE PERSONNEL SUR LE MFC

Je me suis mariée très jeune, à 17 ans, et déjà j'avais un grand désir de vivre pleinement ma vie et celle de ma famille; une femme responsable, épanouie, amoureuse. J'avais aussi beaucoup d'humour.

Impossible ! Le pensez-vous ? Je m'explique. La femme se prend à son propre piège, donc se paralyse, à chaque fois que la peur, la gêne l'empêchent de vérifier ou d'écouter son monde intérieur : ce qui peut nuire à la réalisation de ses idéaux et de ses désirs. La peur de déplaire, de blesser, de ne pas être acceptée et comprise.

Avec nos enfants, quand nous avions un engagement ou une sortie, nous étions capables de le dire clairement et aussi avec respect.

J'ai un exemple dont je vais toujours me souvenir. Notre dernier, le troisième enfant, avait toujours un gros mal de ventre quand nous avions une sortie. Il avait 3 ou 4 ans.

C'est là aussi que j'ai compris que la principale libération se fait par l'intérieur. Avec ma petite expérience, et grâce au MFC, je prends conscience que le jour où l'on franchit la ligne de cette peur, déjà la vie autour de nous se transforme; elle n'est plus la même.
Et quel bien-être pour toute la famille et pour l'entourage. J'avais aussi le goût d'accompagner les jeunes ! C'est là que mon époux et moi avons décidé de nous impliquer dans la préparation aux sacrements du pardon, de l'eucharistie, de la confirmation et du mariage.
Je crois que notre exemple a été fructueux parce que notre fille, Diane, fait aujourd'hui l'animation de la catéchèse. Elle est aussi coordonnatrice dans sa paroisse.

Notre fils, Daniel, est intervenant de rue et travaille pour la réinsertion sociale des prisonniers au centre-ville de Montréal. Il est membre de l'aumônerie communautaire des centres de détention à Laval et à Ste-Anne-des-Plaines. Il a fondé en 2001 «PRÉSENCE COMPASSION», c'est 3 500 interventions par année. Il travaille en partenariat avec l'unité pastorale St-Jacques et Notre-Dame de Montréal.

Je peux dire que pour ma famille et moi le MFC a été un grand bien. Nous avons beaucoup travaillé à savoir comment exprimer nos sentiments, nos émotions, à être francs, transparents dans ce que l'on vit et que l'on fait. Quand je revenais à la maison après la rencontre, je me sentais épanouie et heureuse. J'avais hâte de le partager avec mon époux et nos enfants. Ils étaient là pour m'écouter, pour moi c'était facile de le mettre en pratique.
Mes enfants me disent souvent : ***«Toi maman tu fais des choses que d'autres ne font pas. Tu es ouverte à plein de choses, une écoute attentive, avec un bon discernement»***.

Dans le MFC, à chaque mois, on se pose des questions sur le programme d'action. Pourquoi est-ce c'est comme ça aujourd'hui ? Est-ce que ça me touche moi ? Est-ce que ça nous touche les femmes chrétiennes ? Y a-t-il quelque chose qu'on peut changer ? Ce qui est important, c'est le retour que nous faisons à chaque rencontre. Nous essayons aussi de prendre un engagement sur ce que nous avons discuté ensemble et chaque membre prend un engagement personnel.

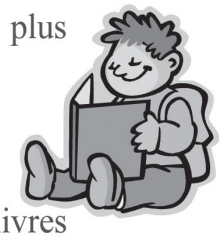
Soyons fières de notre mouvement, n'ayons pas peur de ce que nous sommes, cela nous transforme, ça paraît dans nos familles, j'en suis convaincue.

Marie-Claire Paradis

À VOS LIVRES, PRÊT… LISEZ

La lecture, un jeu d'enfant

Quel que soit l'âge de l'enfant, la lecture à la maison et au CPE doit être synonyme de plaisir. Ainsi, pour donner à l'enfant la piqûre, il faut commencer dès la naissance. En effet, si l'école est le seul endroit où l'enfant est en contact avec les livres, il associera la lecture à un travail plutôt qu'à un loisir. De plus, les études sont claires : un enfant qui est éveillé aux mots et à l'écrit avant l'entrée à l'école réussit plus facilement.



Adapter la lecture à son âge

- **De 0 à 2 ans :** on lui offre des livres adaptés à son âge : résistants, cartonnés et colorés, et on le laisse explorer (et gruger!) à sa guise. On nomme les formes et les couleurs avec lui en pointant les mots du doigt. On instaure un rituel de lecture avec notre enfant en choisissant un moment qui sera dédié tous les jours aux livres.
- **De 3 à 5 ans :** l'enfant commence à s'intéresser aux histoires et les écoute avec beaucoup d'attention. Il apprend grâce à la répétition. Il adore une histoire et la réclame avant le dodo de l'après midi ou du soir? Exécutez-vous avec un sourire! En plus, osez vous amuser à deviner ou lire les informations sur les boîtes de céréales avec votre enfant, il en sera ravi.
- **Dès la première année** : Continuez de vous offrir des moments de lecture pour le plaisir que ce soit des histoires ou des revues plaisantes pour lui. Tant qu'il ne sera pas un lecteur aguerri, la lecture demeurera pour lui un effort. Conservez donc ce moment privilégié où vous lui faites la lecture. Puis progressivement, faites-vous la lecture à tour de rôle.
- **Les bibliothèques publiques : des alliées inestimables**
- Les bibliothèques publiques sont de véritables cavernes d'Ali Baba. Allez-y régulièrement avec votre enfant. Il adorera explorer les rayons qui lui sont consacrés. Et rien de tel que quelques nouveaux livres pour raviver son intérêt. Les bibliothèques offrent une foule d'activités pour les jeunes lecteurs. Informez-vous auprès de la bibliothèque.

Source: www.canalvie.com/etre-parent

Billet des arts

L'automne est inspirant pour les artistes

On dit souvent que l'inspiration vient de notre environnement

Si l'on ouvre l'oeil, nous constatons qu'avant les labours,les champs de canola sont en fleurs, que les mélèzes sont couverts d'or et que dire du passage des grues et des outardes. Tous ces tons subtils et délicats (moins criards et variés que ceux offerts dans les Laurentides), sont d'une palette chatoyante et réservée.

Notre région de plaines et de vallons nous donne à voir le ciel dans toutes ses humeurs. Si nous étions entourés de montagnes, nous aurions droit au soleil à son zénith seulement. Nous serions privés des aubes et des couchers de soleil sur notre lac.

J'espère ne jamais m'habituer à ce spectacle au point de ne plus le voir.
Je nous souhaite; découverte et émerveillement.

À VENDRE

bureau professionnel

Très beau bureau à vendre (style bureau directeur), idéal pour le travail à la maison, beaucoup d'espace de travail et de rangement. Bureau en forme de U. Valeur de 1 200 $ neuf, laissé à 300 $.

Pour info ou pour venir le voir Catherine 819 787-2728

Par Manon Mercier
Agronome

LE LAIT CANADIEN DE QUALITÉ

Le lait canadien de qualité (LCQ) est un programme qui vise à améliorer et à garantir la salubrité du lait et de la viande provenant des fermes laitières par l'amélioration des pratiques de gestion. Ce programme est fondé sur les principes dits HACCP (Analyse des risques et maîtrise des points critiques), qui est un système reconnu à l'échelle internationale visant à prévenir et à réduire les risques liés à la salubrité des aliments.

Les entreprises laitières participantes doivent appliquer des pratiques de gestion optimales et doivent tenir des registres pour surveiller les points dits « critiques » touchant la salubrité des aliments.

Une première partie du programme consiste à établir les procédures normalisées sur la ferme. Ces procédures visent à uniformiser les méthodes de travail sur différents points touchant la qualité du lait et de la viande. Il s'agit des procédures normalisées pour :

- Les préparatifs de la traite (on vise à ce que les vaches soient traies avec de l'équipement propre et en bon état de fonctionnement);
- La traite des vaches (ex. : nettoyage et désinfection des trayons);
- La traite de vaches traitées (par ex. avec des médicaments) ou produisant du lait anormal (ex. : colostrum, car le lait impropre à la consommation humaine ne doit pas être acheminé au réservoir à lait);
- Le nettoyage après la traite (ex. : préparation des produits de nettoyages et sanitaires, température de l'eau de lavage);
- Le traitement des animaux (ex. : produits homologués au Canada, mode d'emploi et ordonnance vétérinaire, entreposage des produits);
- L'expédition des animaux (ex. : identification des animaux conformément à Agri-Traçabilité Québec (ATQ), vérification des registres de traitement);
- La distribution d'aliments médicamentés (s'il y a lieu, par ex. : entreposage et administration);
- Les mesures correctives en cas de problèmes (ex. : communication et intervention).

Ces procédures à la ferme doivent être revues régulièrement afin de représenter la situation à la ferme en cas de changements dans les façons de faire les choses.

La deuxième partie du programme consiste à la tenue des registres. Les producteurs accrédités doivent consigner entre autres les registres suivants : prescriptions vétérinaires, listes des médicaments et leur mode d'emploi et d'entreposage, listes des produits chimiques, registre des traitements effectués aux animaux, températures du lait, températures de l'eau de nettoyage des conduits, fiche et nettoyage des équipements, inspection du système de lavage et du système de traite, analyse de l'eau de lavage et les problèmes survenus.

Ce programme demande beaucoup de rigueur. Heureusement, certains outils, tels que le thermographe, aident à prendre et consigner les données, par exemple la température du lait et de l'eau de nettoyage et averti lorsqu'un problème survient.

En Abitibi-Témiscamingue, l'accréditation des entreprises laitières va bon train. Au 31 août 2012, 85 entreprises de la région, soit 63 % des entreprises laitières avaient obtenu leur accréditation. Une fois accréditées, ces entreprises doivent continuer à maintenir leurs procédures normalisées et leurs registres à jour. En tout temps, elles doivent être en mesure de démontrer leur engagement envers le programme, soit d'assurer la qualité du lait et de la viande, sans quoi, l'accréditation peut être perdue.

MRC D'ABITIBI-OUEST

Chronique verte de la MRC d'Abitibi-Ouest

Chronique mensuelle publiée sur l'Inforoute de la MRC d'Abitibi-Ouest : *mrc.ao.ca*

Volume 3, numéro 9
Novembre 2012

Centre de valorisation des matières résiduelles (CVMR) et écocentre

15, boulevard Industriel, La Sarre
(819) 333-2807

Heures d'ouverture :
Lundi au samedi
8h00 à 16h00

MRC d'Abitibi-Ouest
6, 8e Avenue Est
La Sarre (Québec)
J9Z 1N6
Tél : (819) 339-5671
Fax : (819) 339-5400
mrcao@mrcao.qc.ca

POUR UNE MEILLEURE UTILISATION DU PAPIER

Que ce soit à la maison ou au bureau, il existe plusieurs stratégies pour nous guider vers une meilleure utilisation du papier. Adopter de bonnes habitudes d'impression des documents constitue un bon exemple.

Voici quelques trucs simples à appliquer dans notre quotidien :

- J'imprime mes documents recto verso. Je peux même configurer mon imprimante recto verso par défaut. L'impression de façon recto demeure tout de même possible de façon manuelle.
- Je relis et corrige mes textes à l'écran ou, lorsque requis, j'imprime mes brouillons sur du papier récupéré.
- Si la présentation le permet, je réduis la taille du caractère utilisé et les marges afin de diminuer le nombre de pages à imprimer.
- J'imprime deux pages par feuille (option d'impression). Non seulement j'économise le papier, mais mes documents sont moins volumineux.
- Si j'imprime un courriel, je choisis la fonction *Aperçu avant impression* pour m'assurer que la signature de l'expéditeur ne soit pas seule sur la dernière page.
- Lorsque j'imprime une présentation de type *Power point*, je sélectionne l'option qui permet l'impression de plusieurs diapositives par feuille.

Saviez-vous que...

Les couleurs telles que le bleu foncé, le rouge et le violet rendent difficile le désencrage du papier lors du recyclage.

Vous avez des idées de sujet pour nos chroniques, n'hésitez pas à nous en faire part !

Des questions ? Écrivez-nous : bottinvert@mrcao.qc.ca

Desjardins
Caisse de l'Abitibi-Ouest

Siège social
66, 5e Avenue Est
La Sarre (QC)
J9Z 1K9
Tél. : 819 333-5424
Fax : 819 333-3181

Centre de services de Palmarolle
108, rue Principale
Palmarolle, (QC)
J0Z 3C0
Tél. : 819 787-2451
Fax : 819 787-2683

VOTRE CAISSE VOUS INFORME

JOUEZ À ZOOM COOP !

Avec **ZOOM COOP**, le nouveau jeu interactif de **Desjardins**, vous en saurez davantage sur les coopératives d'ici et d'ailleurs. **ZOOM COOP** vous permettra d'appuyer une des trois fondations associées au jeu, auxquelles Desjardins offrira une bourse pour soutenir la cause. De votre côté, vous pourriez gagner un chèque-cadeau ou un produit d'une coopérative. Jouez dès maintenant. Rendez-vous à : **desjardins.com/coopmoi** ou à : **facebook.com/desjardins**

CONSTRUCTION OU ACHAT D'UNE MAISON ?....

Vous hésitez entre un taux fixe et un taux variable ? **Prenez les deux !** Avec les prêts hypothécaires combinés, vous bâtissez le prêt qui vous convient et vous profitez d'un taux moyen avantageux. Et **en ajoutant l'Assurance prêt, vous protégez votre investissement.** Pour en savoir plus sur les prêts hypothécaires qui combinent taux fixe et taux variable, renseignez-vous auprès de votre conseiller de Desjardins.

SOMMET INTERNATIONAL DES COOPÉRATIVES 2012

La semaine du 8 au 12 octobre était la semaine du
«Sommet international des coopératives 2012» tenu à Québec.

Le Sommet constitue une opportunité unique pour acquérir de nouvelles connaissances sur les coopératives.
Rendez-vous sur **le Site Desjardins www.desjardins.com** pour suivre nos actualités coopératives !

Voici quelques données intéressantes au sujet du Mouvement Desjardins :

Les différences entre une caisse et une banque :

Caisse	Banque
• Coopérative propriété de ses membres	• Établissement privé propriété d'actionnaires
• Dirigée localement	• Dirigée de façon centralisée
• Offre les meilleurs services possibles à ses membres	• Offre le meilleur rendement possible à ses actionnaires
• Un membre = un vote	• Une action = un vote
• Ristourne aux membres et à la collectivité	• Dividendes aux actionnaires

Desjardins : une accessibilité incomparable :

- Au Québec, l'Institution financière la plus accessible
- Ailleurs au Canada : caisses de l'Ontario, du Manitoba, de l'Acadie et Desjardins Credit Union
- Aux États-Unis : Desjardins Bank et Desjardins Commercial Lending
- À l'international : Développement international Desjardins

Le plus important employeur privé au Québec, présent au Canada et ailleurs en nombre d'employés :

	2010	2009
• Québec :	39 786	39 271
• Ontario :	2 684	2 657
• Autres provinces :	139	127
• Hors Canada :	32	55
Total :	**42 641**	**42 110**

DESJARDINS : COOPÉRER POUR CRÉER L'AVENIR !