



Le Grand Héron



À l'intérieur ce mois-ci:

| | |
|-----------------------------------------------|---------------|
| Caisse de l'Abitibi-Ouest | p.2 |
| Lettre aux lecteurs / Cercle des Fermières | p.3 |
| Communiqué MTQ / Déneigement | p.4 |
| Mot du maire | p.5 |
| ViActive | p.6 |
| Message de la Fabrique | p.7 |
| Bibliothèque | p.8 |
| La géologie de la mine et sa découverte | p.9 - 10 - 11 |
| Proche aidant | p.12- 13 |
| Club l'Âge d'or / Deuil périnatal | p.14 |
| Concours décoration Halloween | p.15 |
| Dessin à colorier/ Page publicitaire | p.16 |



Horaire du bureau de la Ville

Directrice Générale (819) 948-2266 ext: 221

Adjointe à la direction (819) 948-2266 ext: 224
(du mardi au jeudi : 8h30 @ 12h00 - 13h00 @ 16h30)

Assemblée municipale / 1^{er} mardi du mois à 19h00

Inspecteur municipal (819) 948-2266 ext: 227

Prenez un rendez-vous
(mercredi et jeudi)

Bac de recyclage de peinture / Garage Municipal

VOTRE CAISSE

VOUS INFORME



La Caisse scolaire

L'éducation financière et l'accompagnement des jeunes vers l'autonomie financière font partie des valeurs fondamentales de notre organisation.

Avec sa mission éducative, la Caisse scolaire permet aux jeunes du primaire de s'initier à la vie financière, d'apprendre entre autres la valeur de l'argent, des biens de consommation ainsi que l'importance d'adopter de saines habitudes d'épargne.

Cet automne, la Caisse scolaire redémarre cette démarche éducative sur le territoire de l'Abitibi-Ouest et de la Baie-James. En collaboration avec les parents et le milieu scolaire, elle offre un accompagnement aux enfants, sous forme de conseils, d'outils et d'activités éducatives clés en main à faire à la maison ou à l'école.

Pour plus d'informations, visitez le site internet www.caissescolaire.com

Semaine de la coopération 2022 du 16 au 22 octobre 2022 !

Cette année pour sa 52^e édition, sous la thématique **Tous pour un**, Desjardins profite de cette semaine pour démontrer et valoriser sa nature coopérative en réaffirmant la pertinence de travailler toujours dans l'intérêt des membres et clients.

<https://www.desjardins.com/coopmoi/difference-desjardins/semaine-cooperation/>

Bonne semaine de la coopération à tous !

ÊTRE MEMBRE DESJARDINS
À SES AVANTAGES !
desjardins.com/avantages

 **Desjardins**
Caisse de l'Abitibi-Ouest





Lettre aux lecteurs



Bonjour à tous,

L'été est déjà derrière nous, laissant un petit goût de nostalgie et de mélancolie à nos soirées désormais trop courtes. Tout ça nous donne envie de s'enrouler dans une couverture et de lire un bon roman, ou encore de se mettre un gros foulard et de faire un petit feu de camp! Les arbres se parent de leurs magnifiques couleurs, donnant le goût de prendre de grandes marches en forêt et de faire des tonnes de photos.

Au Grand Héron, nous avons aussi un petit sentiment de fin de quelque chose. À moins d'un nouveau bénévole pour prendre la relève, l'édition de décembre sera la dernière pour le journal. Nous avons toujours espoir de trouver la perle rare qui pourrait offrir un peu de temps pour sa communauté. Pour toute information sur le poste à combler, n'hésitez pas à communiquer avec Véronique Drouin, coordonnatrice au JournalLeGrandHeron@gmail.com. D'ici-là, je vous souhaite une bonne lecture et un bel automne!

On se revoit en décembre!
Véronique Drouin



Cercle des Fermières

Une nouvelle activité voit le jour au Cercle des Fermières

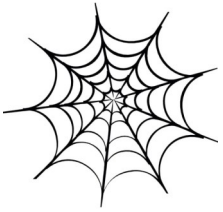
Les « Artisanes au cœur d'or »

Tu as des talents en couture, en tissage, bricolage, tricot, etc. Tu es la bienvenue à venir partager ton savoir avec des femmes merveilleuses et de cœur et prêtes à te conseiller.

| | |
|----------------------|---------|
| CARTE DE MEMBRE | |
| <hr/> | |
| 20 \$ | NOM: |
| | PRÉNOM: |
| Cercle des Fermières | |

On attend ton appel au 819-948-2436, au 873-562-1020 ou au 819-948-2235.

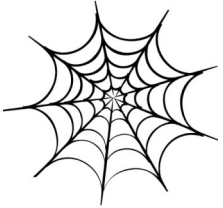
POUR DIFFUSION IMMÉDIATE



DGAT-22-80

Duparquet

Amélioration de la signalisation au carrefour de la route 393, de la rue Principale et du chemin du Moulin



Rouyn-Noranda, le 11 octobre 2022. – Le ministère des Transports informe la population de changements relatifs à la signalisation dans le secteur du carrefour de la route 393 (rue de La Sarre), de la rue Principale et du chemin du Moulin, à Duparquet. Ces modifications permettront d'augmenter la sécurité des personnes qui circulent à cet endroit.

Ainsi, dans le but d'en accroître la visibilité, la dimension de certains panneaux situés au carrefour et en amont de celui-ci, sur la route 393, a été augmentée. Plusieurs panneaux ont également été repositionnés ou ajoutés afin d'améliorer la signalisation en place.

Enfin, une zone de stationnement interdit sera établie dans quelques semaines avant le carrefour, du côté droit de la route 393, en direction nord, afin d'assurer la visibilité du panneau « Arrêt » en tout temps.

Le Ministère remercie les usagers pour le respect de la nouvelle signalisation.

Suivez-nous sur [Twitter](#), [Facebook](#) et [Instagram](#).

- 30 -



Pour information :

Relations avec les médias
Ministère des Transports
Tél. : Québec : 418 644-4444
Sans frais : 1 866 341-5724



Ville de
Duparquet

***Bonne Nouvelle! *** Bonne Nouvelle! *** Bonne Nouvelle! ***

Le 6 octobre 2022

Le conseil de ville et sa direction sont heureux de vous annoncer que nous avons réglé le déneigement du secteur du Rang-7 (chemin Mercier, Baril, Wettring et Aubé). En effet, le conseil a pris la décision d'acheter un camion pour ce secteur et il sera opéré par un employé de la ville.

Merci!



Mot du maire

Bonjour concitoyens(nes)

Déjà rendu à la publication automnale; c'est fou comment le temps passe vite. J'espère tout de même que vous avez passé un bel été malgré les légers caprices de dame nature. À la Ville ce fût tout de même une période passablement occupée côté activités récréatives.

La première édition de l'Alien Fest s'est déroulée début juin. En dépit probablement du pire samedi de la météo estivale, l'événement a été un bon succès selon les organisateurs. Je veux ici féliciter et remercier M. Jeff Drouin, Mme Véronique Poirier et leur équipe de leur initiative et de leur intérêt à l'égard du développement de notre communauté. Je convie tous ceux qui ont une idée qui germe en eux, à oser et à ne pas hésiter à venir la partager avec la Ville. Nous sommes toujours prêts à appuyer les projets qui rehaussent notre qualité de vie.

J'aimerais aussi souligner la contribution de notre DG (Chantal Poirier) et de son équipe à l'organisation des activités suivantes : le cirque Collini à la Saint-Jean, la fête au village fin août et le Marché Public tous les jeudis de l'été.

Dans un tout autre ordre d'idées, un tournant important de l'histoire de Duparquet a été franchi le 15 septembre. La First Mining Gold a fait l'acquisition de tous les droits miniers, terrains et bâtiments appartenant à Beattie Gold Mines et à ses sociétés affiliées. Ceci signifie que la famille Smerchanski et ses actionnaires n'ont plus d'actifs dans la ville de Duparquet. Sans doute dans le passé ont-ils fait des bonnes choses pour Duparquet. Mais au cours des vingt dernières années, il est clair qu'ils entravaient le développement de notre ville. Ne serait-ce qu'en raison du manque de collaboration à la gestion des terrains qu'ils détenaient sur l'ensemble du territoire. Je vous épargne également d'élaborer sur l'état dans lequel ils laissent le site minier et les bâtiments encore existants.

Toutefois, laissons le passé de côté car le futur est beaucoup plus intéressant. First Mining est très satisfaite de son acquisition et se réjouit de l'avenir de Duparquet et est impatiente de venir à la rencontre de la population. Certes, plusieurs étapes doivent encore être franchies (études de faisabilité, audience du BAPE...) mais leur optimisme lors de nos précédentes rencontres ne peut que nous encourager.

Je crois bien être sur le point d'atteindre ma limite d'espace disponible. Je conclus donc par ces mots, profitez de notre concours de décorations d'Halloween pour vous dépasser et divertir nos enfants. Ils le méritent après les deux dernières années qu'ils viennent de passer.

Nous au conseil cet automne, nous travaillerons sur le budget afin de maximiser vos services au plus bas coût possible.

Je vous en parle en décembre.

Votre maire Jacques Ricard





- Vous voulez pratiquer une activité physique?
- Vous êtes âgés de 50 ans et plus?
- Vous voulez faire partie d'un groupe actif?

Le programme ViActive est pour vous!



Vous aimeriez vous impliquer comme animateur ou participer aux activités ?

Pour plus d'informations, contactez Mme Jasmine Therrien au (819) 948-2266 poste 224.



Message de la Fabrique

Horaire des messes et célébrations

| | | | | | |
|-------------|-------|--------------------------|-------------|-------|--------------------------|
| 16 octobre | 11h00 | Messe | 27 novembre | 11h00 | Messe |
| 23 octobre | 11h00 | Célébration de la Parole | 04 décembre | 11h00 | Célébration de la Parole |
| 30 octobre | 11h00 | Messe | 11 décembre | 11h00 | Messe |
| 06 novembre | 11h00 | Messe | 18 décembre | 11h00 | Messe |
| 13 novembre | 11h00 | Célébration de la Parole | 24 décembre | 18h00 | Messe de Noël |
| 20 novembre | 11h00 | Messe | | | |

Personnes responsables

Préparation aux sacrements :

Catéchèse : Carmen Lacroix au 819-277-7811

Baptême : Lucie Tardif au 1-819-874-9552

Pour obtenir un certificat de baptême ou de mariage communiquer avec Guylaine Gagné au 819-948-2039

Décès

Sont décédés :

Le 16 juin 2022, à l'âge de 72 ans, M. Yvan Audet, domicilié à Macamic, anciennement de notre paroisse. Il laisse dans le deuil ses **sœurs**: Lise et Pauline.

Le 5 juillet 2022, à l'âge de 92 ans, M. Georges Étienne Trépanier, domicilié à Rouyn-Noranda, époux de Claudette Morrissette. Anciennement de Duparquet.

Le 7 juillet 2022 à l'âge de 69 ans, M. Michel Drolet (Diane Paré), domicilié à Duparquet. Il laisse dans le deuil sa fille Marie-Claude (David) et son petit-fils Raphaël.

Le 22 août 2022, à l'âge de 66 ans, M. Jean Noël, domicilié à Normétal, anciennement de notre paroisse; il était le frère de Pierre (Rose-Marie Corriveau) et de Bernadette.

Le 7 septembre 2022, à l'âge de 76 ans, M. Michel St-Pierre, domicilié à La Sarre, anciennement de Duparquet.

Le 14 septembre 2022 à l'âge de 57 ans, M. Patrick Bélanger (Manon Brisebois), domicilié à Duparquet. Il était le fils de Marie-Claire Joncas, le père de Sébastien Veilleux, Joël, Stéphanie et Mathieu Bélanger et le frère de Ghislain et de Johanne Bélanger de notre paroisse.



Bibliothèque

EN OCTOBRE, C'EST

LA CHASSE AUX ABONNÉS

DANS LES **BIBLIOTHÈQUES** DE LA RÉGION

En octobre, ouverture officielle de la chasse à votre biblio !

Le Réseau BIBLIO ATNQ vous informe que le concours *La chasse aux abonnés* est de retour du 1^{er} au 31 octobre 2022, en collaboration avec les bibliothèques publiques urbaines de la région, durant tout le mois d'octobre. Cette année, il revêt de nouvelles couleurs et ratisse plus large avec un slogan qui sera martelé dans une grande campagne publicitaire « *Ma bibliothèque, c'est gratuit et c'est payant !* »

Qui plus est, une Nintendo Switch avec deux jeux est ajoutée au tirage en plus des trois tablettes Android habituellement offertes par le Réseau BIBLIO ATNQ à toute personne, jeune ou adulte, qui s'abonne ou se réabonne à sa bibliothèque locale en octobre.

Avec sa carte de bibliothèque, un abonné a accès à des milliers de biens culturels dont des livres imprimés, numériques et audio, des trousseaux techno-créatives, des casques de réalité virtuelle, des jeux de société, des revues numériques et de nombreuses autres ressources physiques et numériques, et encore plus !

De plus, en s'abonnant, l'utilisateur obtient un mot de passe lui permettant d'accéder à distance 24/7 à tous les services en ligne, dont son dossier d'utilisateur, la réservation d'outils d'animation dont des casques de réalité virtuelle et l'ensemble des ressources numériques dont les livres numériques et audionumériques en français et en anglais.

Donc, en octobre, on s'abonne parce que « Ma bibliothèque, c'est gratuit et c'est payant »!

RECHERCHES BÉNÉVOLES

Toujours besoin de bénévoles, une fois par mois pour 3 heures



COLLECTION DÉPOSÉE

Le 5 novembre 2022

Le 5 novembre, la rotation aura lieu. Les nouveaux livres seront déposés sur la table pour un mois ce qui vous permettra de les regarder.





La géologie de la mine et sa découverte par John S. Beattie

(Partie 2 : John S. Beattie)



John Sinclair Beattie est né à Inbardeen, près de la mer du nord, en Écosse en 1867. Il est arrivé au Canada à l'âge de 9 ans avec ses parents James Beattie et Catherine Greach, dans le canton de Nichol, comté de Wellington près de Guelph, situé au sud-ouest de l'Ontario.

John semble avoir été prospecteur assez tôt dans sa vie. Après avoir passé plusieurs années à chercher dans différents camps miniers du continent, il fut lui aussi, comme nombre de prospecteurs amateurs ou professionnels de son époque, attiré par la fièvre de l'or lors de la fameuse ruée du Klondike et gagna le Yukon à la fin des années 1800. Sur 100 000 chercheurs d'or qui tentèrent de se rendre aux environs de Dawson city, seulement entre 30 000 et 40 000 réussirent à s'y rendre dans des conditions impitoyables.

À la fin de la ruée vers l'or du Klondike, vers 1899, John passa 10 autres années à parcourir avec sa « pan » en or les contrées sauvages du nord de la Colombie-Britannique, à la recherche d'or alluvial provenant de la fonte des glaciers plus haut dans les montagnes, confiant qu'il trouverait enfin le filon qui assurerait son avenir.

Durant ce temps, en 1903, lors de travaux de dynamitage, durant la construction du chemin de fer T-N & O (Temiskaming & Northern Ontario Railway), entre North Bay et New-Liskeard, de riches gisements d'argent furent découverts à Cobalt près du lac Témiscamingue. Il s'en suivit une ruée vers l'argent amenant plusieurs prospecteurs à explorer cette région. Durant les années qui suivirent, plusieurs découvertes d'or ont été rapportées dans le nord de l'Ontario, d'abord à Kirkland-Lake par Ignace Toneré, (qui a été tour à tour, trappeur, postillon, employé de la Compagnie de la Baie d'Hudson et chef de la Temagami First Nation), et ensuite en 1906 par Tom Price.

En 1909, ce fut le tour de la région de Timmins de faire l'objet d'une découverte majeure par le trio de prospecteurs formé par Sandy McIntire, Jack Wilson et Benny Hollinger. La nouvelle de ces nombreuses découvertes se propagea partout en Amérique du Nord et parvint aux oreilles de John Beattie.

John Beattie comme bien d'autres, remarqua que les mines du nord de l'Ontario semblaient toutes situées sur deux lignes parallèles et distantes d'une quarantaine de milles (65 km), connues aujourd'hui sous les noms de faille de « Cadillac-Larder-Lake » (The Main break) et faille « Porcupine-Destor »; mais il fut l'un des premiers à émettre l'hypothèse qu'il serait bien possible que cette chaîne de gisements de métaux précieux se poursuive de l'autre côté de la frontière, dans le nord-ouest de la province de Québec, qui semblait similaire au point de vue géologique.

L'avenir prouva qu'il avait vu juste. Il y eut bien, en juin 1906, une découverte de minerai aurifère faite au lac Fortune, entre Arntfield et le Mont Chaudron, par Alphonse Olier et Auguste Renaud, deux prospecteurs français de Ville-Marie, mais il fallut attendre en 1922 pour que ce secteur ne devienne véritablement un camp minier avec la découverte d'un gisement de cuivre majeur par Edmund Horne.





La géologie de la mine et sa découverte par John S. Beattie

(Partie 2 : John S. Beattie)



John décida donc, après toutes ces années de tentatives infructueuses, de quitter la Colombie-Britannique et de prendre la direction de l'est pour suivre son instinct et tenter sa chance dans le Québec. Il partit avec son canot, son pic et sa pelle et commença à explorer la partie Québécoise du lac Témiscamingue. A cette époque, les moyens dont disposaient les prospecteurs solitaires étaient très limités : Les cartes géologiques étaient très peu détaillées et parfois même inexistantes car le terrain avait été peu étudié, et la forêt recouvrait encore une bonne partie du terrain.

Le prospecteur devait donc s'armer de patience et de persévérance, deux qualités que John S. Beattie avait déjà prouvé qu'il possédait. La technique était de parcourir tranquillement les cours d'eau et d'observer la composition des roches et affleurements rocheux sur les berges et les îles à la recherche d'indices de minéralisation comme les veines de quartz ou même d'or visibles. Si un endroit semblait prometteur, le prospecteur retirait des échantillons et tentait de suivre les affleurements rocheux, veines et anomalies géologiques en pénétrant plus loin dans la forêt. Il fallait un sens de l'observation, une résistance physique et une détermination peu commune pour pratiquer ce métier dur et exigeant.

John parcourut ainsi une série de lacs et de rivières en remontant graduellement vers le nord et se rendit jusqu'au lac Agotawekami (lac Duparquet), secteur qu'il fut le premier prospecteur à examiner de façon détaillée avant la première guerre mondiale de 1914-18. C'est ainsi que, quelque part en 1910, une petite île, en partie recouverte de basaltes (Type de roches volcaniques souvent noires), (île 113 ou île Beattie) au nord-ouest du lac, attira son attention : Cette île comporte deux zones de cisaillement, dont une est-ouest à pendage de 60 degrés qui recoupe l'extrémité nord de l'île, l'autre zone traverse aussi l'île mais plus au sud de celle-ci. Une importante veine de quartz laiteuse à direction Est suit la zone de cisaillement la plus au sud près de l'angle nord-ouest de l'île. John explora méticuleusement cette veine en creusant dans le roc une galerie à flanc de coteau et longue de 15 pieds et un puits incliné qui suivait la veine le long de son pendage à une profondeur de 30 pieds. La veine est large d'environ deux pieds et son pendage est de 15 à 30 degrés vers le nord, avec de nombreuses ondulations et irrégularités. Sous cette veine principale se trouve un autre 10 pouce plus bas qui est large d'environ un pied. Toute les deux sont aurifères; donc Mr Beattie avait enfin réalisé son rêve et avait bel et bien découvert de l'or ! Il y aurait même une petite section où a été rapportée plus tard une teneur d'environ 0.75 onces d'or à la tonne.

Le temps des travaux de creusage, il se construisit un camp et vécut sur l'île quelque temps. La vie n'était pas facile; en plus des travaux d'exploration minière, John devait chasser et pêcher pour assurer sa subsistance, faire son bois de poêle et autres travaux qui vont avec un camp et la vie en forêt. Sans revenu, il vivait dans une pauvreté extrême. Heureusement il pouvait compter sur une nièce charitable qui lui faisait parfois parvenir des vivres.





La géologie de la mine et sa découverte par John S. Beattie

(Partie 2 : John S. Beattie)



Dans ses temps libres, il s'adonnait à la lecture. Les premiers habitants du secteur de Duparquet habitaient souvent sur des îles près de la rive, bien que ce moyen de protection ne fût pas infaillible. Ça aidait quand même à se protéger des ours et autres animaux sauvages qui pouvaient faire des dommages aux réserves de nourriture. Habituellement les insulaires disposaient d'un autre camp sur la terre ferme, qui servait surtout aux changements de saison quand la glace n'était pas assez bonne pour traverser et il semble que John Beattie avait le sien près de l'endroit actuel du chalet de Johny Wettring sur le chemin du même nom. On peut encore voir aujourd'hui la grotte qu'il a creusée sur l'île Beattie et qui porte le numéro 113 (photo).

La nouvelle de la découverte d'or dans le canton Duparquet ne passa pas inaperçu dans le milieu des chercheurs d'or, et attira d'autres prospecteurs dans l'ouest de l'Abitibi. Mais la partie était loin d'être gagnée pour John S Beattie. Il devait consacrer encore près 20 ans de travail avant que tous ses efforts n'aboutissent à quelque chose.

Je voudrais remercier spécialement Sophia Grande-Lawlor, archiviste du Wellington County Museum, Ontario, qui m'a fourni l'article « Beattie's Gold » de Greg Oakes.

J'y ai trouvé des renseignements qui m'ont été fort utiles et que je cherchais depuis de nombreuses années. Les nombreux rapports géologiques que j'ai consultés m'ont aussi été fort utiles dans mes recherches.

Suite dans le prochain Grand Héron. Pour la partie 3 : Le « North ore Body ».



John S. Beattie en juin 1931



Grotte île Beattie



Stéphane Mongrain



Proche aidant

Qu'est ce que c'est ?



Un proche (conjoint, amie, voisin, petite-fille...) atteint de perte d'autonomie, autisme, déficience, parkinson, Alzheimer, cancer, problèmes de vision... Ça vous parle?

Vous êtes un proche-aidant!

Que ce soit par de l'aide fréquente, des commissions de temps en temps ou par le fait que vous côtoyez quelqu'un qui supporte une autre personne, n'en reste pas moins que vous pouvez vivre de la solitude, une baisse d'énergie ou de motivation, du stress, etc.

La trajectoire des proches aidants

À travers son rôle, la personne proche aidante traversera différentes phases que l'on nomme la trajectoire de l'aidant:

Phase 1 Entrée dans le rôle de proche aidant

Phase 2 Prendre conscience de la réalité changeante de la personne aidée et de ses besoins

Phase 3 Être confronté à des décisions importantes en lien avec son rôle et devoir prendre les choses en main.

Phase 4 Engagement actif et devient expert (veteran caregiver)

Phase 5 Approche la fin de la cohabitation, épuisement, effritement du réseau de soutien

Phase 6 Nouveau rôle pour le proche aidant à la suite de l'hébergement

Phase 7 Fin de vie de la personne aidée, deuil

Phase 8 La post-aidance : l'aidant doit se redéfinir comme personne

Également, il arrive souvent que le **deuil blanc** se fasse sentir. Il s'agit du deuil de la personne qui a été ou du futur qui ne sera plus pareil. La personne est toujours en vie, mais différente de ce que nous avons connu.

Saviez-vous que le **Regroupement Proches-aidants Abitibi-Ouest (RPAAO)** supporte et reconforte les personnes s'occupant d'un proche atteint de tout type d'incapacité par le biais de séances d'information, cafés-rencontres, groupes d'entraide, de même que groupes de soutien, conférences, soutien psychosociale individuel et activités sociales.



Proche aidant

Qu'est ce que c'est ?

(suite)



Dans le cadre de la Semaine de Proche-aidance, du 7 au 13 novembre 2023, vous êtes invités à une conférence ouverte à tous sur le thème de la culpabilité. Pour s'inscrire à la conférence:

Sujet: La culpabilité

La culpabilité c'est le sentiment d'avoir commis une faute, d'être responsable d'une mauvaise situation.

Quand: le mercredi 9 nov. 18h30 à 20h

Où: À la salle de la Troupe à cœur ouvert au 74 AV. DU CHEMIN-DE-FER, La Sarre, QC J9Z 1N1

Qui: Éléine Clavet -Travailleuse sociale, psychothérapeute, superviseure et formatrice

Inscription par téléphone au 819 333-5777 option 2 ou au intervenante@prochesaidants.ca

Vous pouvez également passer au 364 A rue Principale, La Sarre pour plus d'informations ou pour voir l'étendue de notre programmation d'activités automnales qui touche autant les prestations gouvernementales disponibles, le lâcher-prise, la communication, que de prendre soin de soi, par exemple.

LA RENTRÉE POUR LES PERSONNES PROCHES AIDANTES

prendre le bon rythme pour prévenir l'épuisement



CONSERVER UNE ROUTINE RASSURANTE

Adopter un rythme sain de sommeil, une alimentation équilibrée, faire de l'exercice physique et ne pas oublier les loisirs.



APPRENDRE À LIMITER SON STRESS

Se rappeler les situations angoissantes et exigeantes que l'on a vécues dans le passé et se remémorer les actions que l'on a mises de l'avant pour mieux gérer ses craintes.



RÉORGANISER LE QUOTIDIEN

Prendre connaissance des nombreuses solutions désormais mises en oeuvre pour tout faire depuis son ordinateur !



PRENDRE DU TEMPS POUR SOI

Continuer à avoir une vie en dehors du rôle de parent et de proche aidant.



FAIRE APPEL AUX SERVICES DE SOUTIEN

Ne pas hésiter à contacter Info-aidant, un service téléphonique d'écoute, d'information et de références professionnel, confidentiel et gratuit.

Sans oublier toutes les consignes sanitaires de base!



INFO-AIDANT

ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES

1 855 852-7784

info-aidant@lappui.org

LAPPUI.ORG

**On vous souhaite
une bonne rentrée!**

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS



Club de l'Âge d'or de Duparquet

Nos soupers reprendront en octobre avec permis de boisson
(apportez votre vin et vos coupes!)



Nos soupers ont lieu le dernier vendredi de chaque mois au
coût de 15\$.

SOS : Nous sommes à la **recherche de bénévoles** pour la survie de nos activités!

Aide pour les soupers

Jeux de fléchettes

Baseball poche

On attend ton appel au 819-948-2235



DEUIL
PÉRINATAL



Deuil périnatal

DEUIL
PÉRINATAL



Les membres de l'équipe de la Maison des Familles d'Abitibi-Ouest
ont suivi un atelier de trois jours en
accompagnement au deuil périnatal.

Si vous vivez ou connaissez quelqu'un
touché par le deuil et que vous souhaitez en parler
et être accompagnés, sachez qu'il a des services.

Osez venir en parler peut être libérateur.

N'hésitez pas à faire appel à nous en nous visitant
au 10, rue Lapierre à La Sarre,
par téléphone (819) 333-2670 ou en privé
sur notre page Facebook.





CONCOURS DE DÉCORATION DE MAISON

La Ville de Duparquet
invite ses citoyens à décorer leur maison
pour la FÊTE D'HALLOWEEN!

Pour vous inscrire, vous avez seulement à nous laisser
votre nom au complet, votre adresse et votre numéro de téléphone

Par : Facebook // Boite d'inscription à l'Hôtel de Ville
ou par Téléphone : 819-948-2266 #221

5 prix de 50\$

seront remis via tirage au sort!!!

Pour les enfants

La cueillette de bonbons dans les maisons :
Lundi le 31 octobre 2022 de 16h30 à 19h30

GARAGE
MARTIN MACAMEAU



MÉCANIQUE
GÉNÉRALE

**Remorquage
24 heures**

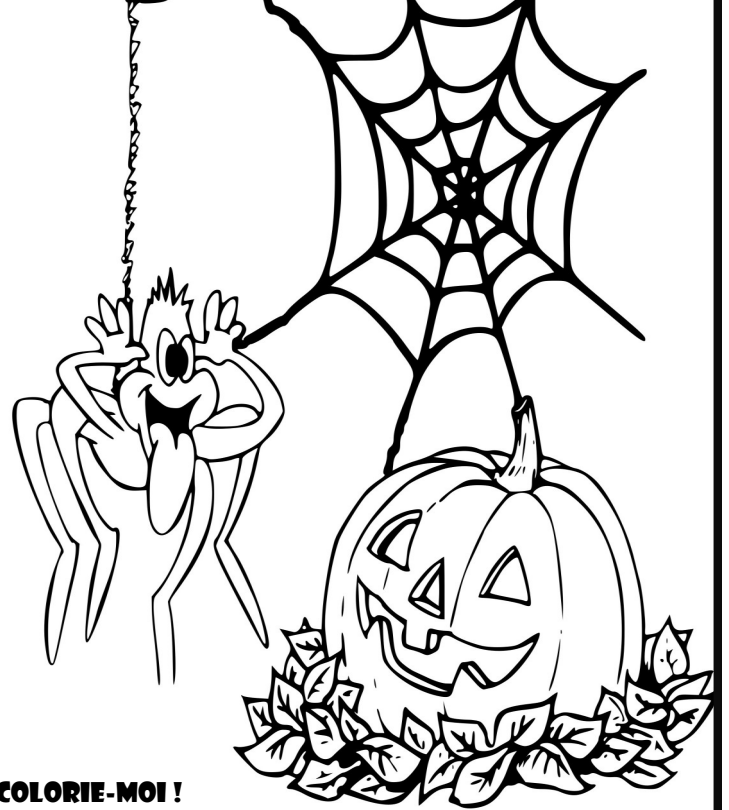
Vente de pièces de véhicules,
VTT et motoneiges.

Ouvert de 8h00 à 21h00

8, rue Principale
Duparquet QC
J0Z 1W0

Téléphone : 819 948-2008
Résidence : 819 948-2591
Télécopieur : 819 948-2667

ARAIGNÉE



COLORIE-MOI !



PATRICK DESCARREAU
Arpenteur-Géomètre inc.

Patrick Descarreaux
Arpenteur-géomètre
Arpenteur des Terres du Canada

Marie-Catherine Brochu
Arpenteure-géomètre

- * Certificats de localisation et de piquetage
- * Arpentage légal et de construction
- * Arpentage pour baux miniers
- * Levé et implantation GPS
- * Numérisation 3D (scan)

- * Cadastre
- * Plans topographiques
- * Calculs de volumes
- * Drone

367, rue Principale, La Sarre (Québec) J9Z 1Z7
Tél.: (819) 333-3155
Courriel: patrick.descarreaux@descarreaux.com
www.descarreaux.com

