



Juin 2016

Journal communautaire, par et pour la population d'Évain, depuis 1977

Tirage : 1750 exemplaires

Droits en santé et services sociaux

Une campagne nationale est lancée



Dans l'ordre habituel, Claude Lahaie, secrétaire du CAAP Abitibi-Témiscamingue et vice-président de la FCAAP, Angèle Mayrand, présidente, et Caroline Simard, directrice générale du CAAP Abitibi-Témiscamingue, Manon Fortin, directrice générale de la FCAAP, Monique Rousson, vice-présidente de la FADOQ région Abitibi-Témiscamingue et Jacques Lafrenière, président de la Table régionale. (Détails en page 6)



Un retour sur l'assemblée générale annuelle	p. 2
On veut le savoir!	p. 3
La parité, une question de démocratie	p. 4
Violence, quand tu nous tiens!	p. 5
Droits en santé et services sociaux	p. 6
Des membres actifs au club Bon Accueil d'Évain	p. 7
Des nouvelles de votre bibliothèque	p. 8

Faites-nous parvenir vos articles jusqu'au
Mercredi 1^{er} juin 2016
Vous pouvez les déposer au local du journal situé
au sous-sol du C.C.E. ou au bureau municipal :
200, rue Leblanc C.P. 424
Rouyn-Noranda, Québec, J0Z 1Y0
Notre adresse courriel : ensemblepb@tlb.sympatico.ca
Notre site Web : www.journal-ensemble.org
Suivez-nous! [facebook.com/journalensemble](https://www.facebook.com/journalensemble)
819-797-7110 poste 2208

Un retour sur l'assemblée générale annuelle

■ LOUISELLE LUNEAU

L'équipe du journal a tenu son assemblée générale annuelle le jeudi 28 avril dernier à la salle du Club de l'Âge d'Or à compter de 17 h 30. Il faut mentionner que la participation de la population a été peu nombreuse.

Nous avons présenté le rapport des activités de la dernière année, les états financiers, les prévisions budgétaires de la prochaine année 2016-2017 ainsi que le plan d'action dans lequel nous voulons maintenir 10 parutions par année, refaire le site WEB afin de le rendre encore plus attrayant et facile à consulter. Nous souhaitons poursuivre la collaboration avec tous les organismes du milieu pour faire connaître leurs activités afin de les publier à chaque parution. Nous solliciterons d'autres

collaboratrices et collaborateurs pour écrire différents articles, et ce, afin de nous permettre de diversifier le contenu du journal. Ce que nous espérons de tout cœur, c'est que la population ait le réflexe de nous faire connaître leurs événements afin de les publier. Nous aurons aussi une rétrospective des 40 années d'existence du journal au cours de l'automne.

Nous avons également élu les membres du conseil d'administration dont certains pour des mandats de deux ans et d'autres pour un mandat d'un an.

- Mme Diane Gaudet Bergeron, présidente
- M. Réjean Gouin, vice-président
- Mme Louïselles Luneau, secrétaire-trésorière

- Mme Lili Germain, administratrice
- Mme Raymonde Poitras, administratrice.

Mme Stéfanie Trahan, administratrice du journal depuis quelques années, a pris la décision de ne pas renouveler son mandat pour des raisons personnelles et professionnelles. Merci Stéfanie de ta belle implication au sein du journal et nous souhaitons vraiment que tu pourras continuer à écrire tes « chroniques d'humeur » de temps à autre. Tes textes sont toujours appréciés et c'est vraiment un plaisir de te lire.

De plus, nous avons pris le temps d'un échange avec les personnes participantes au cours de l'assemblée

générale annuelle. Les commentaires reçus seront revus par les membres du Conseil d'administration pour en faire le suivi.

En terminant, nous avons remercié les personnes qui ont pris le temps de participer à notre assemblée générale annuelle. Merci à nos collaboratrices et à nos collaborateurs de consacrer des heures bénévoles pour fournir des articles à chaque parution, à la population pour leur contribution financière lors de notre campagne annuelle de financement, à toutes les entreprises qui nous encouragent par l'achat de publicités et enfin à nos partenaires financiers, le Ministère de la culture et des communications et la Ville de Rouyn-Noranda.



Les membres du conseil d'administration : Louise Luneau, Raymonde Poitras, Diane Gaudet-Bergeron, Lili Germain et Réjean Gouin

Baptêmes et décès

■ MAURICE DESCÔTEAUX

Baptêmes

Jake et Éven, fils de Michaël Laroche Goulet et de Valérie Clouâtre
Gabriel Paquet, fils de Tommy Paquet et de Marie-Chantal Pellerin
Rommie, fille de Jérémie Roy et de Josée Marciel
Harvey, fils de Francis Bisson et de Josianne Garneau
Nathan, fils de Mathieu Gendreau et de Marie-Claude Mercier
Milan, fils de Frédéric Lecompte et de Vanessa Dickey
Axe, fils de David Coderre et de Jamy-Lee Pratte
Louis, fils de Guillaume Corbeil-Châtillon et de Marie-Pier Gagnon-Cliche
Justin, fils de Maxim Paquette-Lavielle et de Vanessa Boucher-Vallières
Jax, fils de Patrick Noël et de Lucie Trudel

Décès

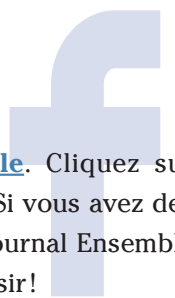
M. Roger Bellerose, à l'âge de 88 ans
Mme Almoide Pilon, à l'âge de 84 ans
M. Jean-Louis Brodeur, à l'âge de 90 ans
Jules Tremblay, âgé de 70 ans
Dave Martel, âgé de 81 ans
M. Régis Lamontagne, âgé de 69 ans

Mot de Céline

La solitude est un jardin où l'âme se dessèche, les fleurs qui y poussent n'ont pas de parfum. L'amour a un goût merveilleux, il faut toujours se rappeler qu'il faut donner pour recevoir et qu'il faut être soi-même pour pouvoir aimer.

Notre page Facebook

Visitez notre page www.facebook.com/journalensemble. Cliquez sur « J'aime » et n'hésitez pas à la partager avec vos amis. Si vous avez des informations à nous transmettre entre deux éditions du journal Ensemble pour bâtir, faites-nous en part et nous vous lirons avec plaisir!



Transport



Licence RBQ no 5632-0633-01

Cell: 819-763-8230

Situé à Évain

Service de mini-transport en vrac

Directement du manufacturier

- Terre noire et jaune
- Terre à jardin
- Sable à compaction
- Sable à ciment
- Gravier brut
- Gravier tamisé 0 - 3/4, 0 - 4
- Concassé 0 - 3/4
- Pierre nette 3/4, 2 1/2, 4 et 6 pcs
- Poussière de pierre

Terrassement et service d'excavation

ENSEMBLE pour bâtir

Journal communautaire et organisme à but non lucratif publié mensuellement et distribué gratuitement sur le territoire du quartier d'Évain à 1 750 exemplaires, situé au :
200 rue Leblanc C.P. 424
Rouyn-Noranda Québec JOZ 1Y0
819-797-7110 poste 2208
ensemblepb@tlb.sympatico.ca
www.journal-ensemble.org
facebook.com/journalensemble

L'équipe et ses collaborateurs assurent la rédaction et la correction de chaque édition.

Conseil d'administration

Diane Gaudet Bergeron, présidente
Réjean Gouin, vice-président
Louïselles Luneau, secrétaire-trésorière
Raymonde Poitras, administratrice
Lili Germain, administratrice

Équipe de production et de rédaction :

Diane Gaudet Bergeron, Louise Luneau, Raymonde Poitras, Lili Germain et Réjean Gouin.

Collaborateurs pour ce numéro

Lise Pilon et Muguette Lacerte.

Correctrices

Chantal Grenier, Hélène Bilodeau, Claire Godard Breton et René Mercure.

Contribution suggérée : 10,00 \$

Abonnement extérieur : 25,00 \$

Numéro d'enregistrement : 600-15-000042-79

Dépôt légal : Bibliothèque nationale du Québec

Partenaires financiers : Ministère de la culture et des communications et la Ville de Rouyn-Noranda.

Membre



On veut le savoir! Dites-le nous, on peut l'écrire pour vous!

■ RÉJEAN GOUIN

Vous êtes fiers de votre fils ou de votre fille qui persévère dans le sport? Dites-le nous et nous le ferons savoir à tout le voisinage par le journal Ensemble.

Vous êtes actifs, vous avez un ami, un membre de votre famille ou un voisin qui fait de l'activité physique son quotidien, pourquoi ne pas nous en parler? On veut faire savoir à nos lecteurs et à nos lectrices d'Évain ce qui se passe dans notre quartier.

Contactez Réjean au 819-768-5851.

N'oubliez pas que même si notre journal est publié seulement une fois par mois, nous pouvons inscrire vos messages sur notre page [facebook.com/journalensemble](https://www.facebook.com/journalensemble) que nous mettons à jour régulièrement.

Notre adresse courriel : ensemblepb@tlb.sympatico.ca

Malika Rheault fait son p'tit bonhomme de chemin

■ DIANE GAUDET BERGERON

Après les auditions de La Voix Junior, Malika a participé le 26 avril dernier à la Polyvalente d'Iberville à La Frontière étudiante. Avec ses copines de classe, Malika eut l'idée d'un spectacle où elle a chanté sa chanson fétiche « Tout de moi » de Princesse Sarah. Cette fois, Malika a supporté du stress, plus que lors des auditions à La Voix, car le spectacle se donnait devant plus de 300 personnes. Selon ses dires, elles ont donné une très belle performance. Toujours en attente d'un appel téléphonique de l'équipe de La Voix Junior, elle se dit très optimiste pour la suite des événements.



Maélie Roy, Koralie Carbonneau, Sofianne Hérou, Malika Rheault, Daphnée Garneau
Crédit photo : Les parents de Malika

La journée de printemps au Cercle de fermières Évain

■ LISE LAFOND

Quelques membres du Cercle de fermières Évain ont assisté à la rencontre de printemps organisée par le Cercle de fermières de Ville-Marie qui a eu lieu le 19 mars à Ville-Marie. Ce cercle fête son 95^e anniversaire de fondation. Quarante-neuf membres étaient présents à cette journée afin de recevoir des informations sur tous les dossiers importants.

Pour l'occasion, la présidente du conseil régional, madame Micheline Plante, nous a lu un texte qui porte à réflexion et qu'il me fait plaisir de partager avec vous.



« Il était une fois quatre individus qu'on appelait : **Tout le monde — Quelqu'un — Chacun — et Personne**

Il y avait un important travail à faire,
Et on demande à **Tout le monde** de le faire.

Tout le monde était persuadé que **Quelqu'un** le ferait.

Chacun pouvait l'avoir fait, mais en réalité **Personne** ne le fait.

Quelqu'un se fâcha car c'était le travail de **Tout le monde**!

Tout le monde pensa que **Chacun** pouvait le faire.

Et **Personne** ne doutait que **Quelqu'un** le ferait...

En fin de compte, **Tout le monde** fit des reproches à **Chacun**

Parce que **Personne** n'avait fait ce que **Quelqu'un** aurait pu faire. »

Moralité

Sans vouloir le reprocher à **Tout le monde**,

Il serait bon que **Chacun**

Fasse ce qu'il doit faire, sans nourrir l'espoir

Que **Quelqu'un** le fasse à sa place...

Car l'expérience montre que

Généralement on ne trouve **Personne** !

Je le transfère à **Tout le monde** afin que **Chacun** puisse l'envoyer à **Quelqu'un**

Sans oublier **Personne**...

Si vous désirez faire partie de notre Cercle, n'hésitez pas à communiquer avec Lise Pilon-Lafond au 819 279-2168 ou Jeannine Martel-Poulin au 819 768-2409

Grands excès de vitesse : des sanctions plus sévères

■ LOUISELLE LUNEAU

Au cours de la semaine dernière, en discutant avec un ami, j'ai appris que si nous commettons des grands excès de vitesse, des sanctions plus sévères ont été mises en place. Après avoir consulté le site de la Société de l'assurance automobile du Québec, voici le résultat de mes recherches que je vous partage afin de se rappeler de conduire avec prudence et éviter les excès de vitesse, car il y a des coûts énormes à payer.

Depuis le 1^{er} avril 2008, si nous sommes déclarés coupables d'un grand excès de vitesse, cette infraction est prise en considération pendant 10 ans. Cela signifie que si nous commettons un ou plusieurs autres grands excès de vitesse dans les 10 ans suivant une déclaration de culpabilité, nous recevons une sanction encore plus sévère.

Qu'est-ce qu'un grand excès de vitesse?

Nous commettons un grand excès de

vitesse si nous dépassons :

- de 40 km/h ou plus la limite de vitesse permise dans une zone de 60 km/h ou moins;
- de 50 km/h ou plus la limite de vitesse permise dans une zone de plus de 60 km/h et d'au plus 90 km/h;
- de 60 km/h ou plus la limite de vitesse permise dans une zone de 100 km/h ou plus.

Donc, si nous sommes interceptés à la suite d'un grand excès de vitesse, notre permis de conduire **est suspendu immédiatement pour sept jours** et si nous sommes déclarés coupables, le nombre de points d'inaptitude est doublé ainsi que le montant de l'amende.

Par exemple, à une vitesse de 141 km dans une zone de 90 km/h, suspension du permis de conduire pendant sept jours, une amende de 732 \$ et 10 points d'inaptitude. De plus, il faut appeler un proche

pour venir nous chercher, car il est impossible de conduire une voiture sans permis de conduire.

Si nous commettons d'autres infractions de cette nature dans une période

de 10 ans, la suspension du permis de conduire est plus grande ainsi que les amendes et les points d'inaptitude. Prudence sur les routes, car faire de la vitesse comporte toujours sa part de risques!



Bières de microbrasserie
Mets cuisinés sur place

chezgibb.com
info@chezgibb.com
 [facebook.com/chezgibb](https://www.facebook.com/chezgibb)

T. 819.768.2954
F. 819.768.2490

 25, rue d'Évain
Rouyn-Noranda (QC) J0Z 1Y0

La parité, une question de démocratie

■ LOUISELLE LUNEAU

Le 25 avril 2016 marquait le 76^e anniversaire du droit de vote des femmes du Québec. Tout au long du 20^e siècle, des femmes remarquables ont lutté pour que les Québécoises obtiennent des droits égaux. Le monument Hommage aux femmes en politique de l'Assemblée nationale du Québec montre Marie Gérin-Lajoie, Idola Saint-Jean et Thérèse Casgrain tenant en main un projet de loi accordant aux Québécoises le droit de vote et d'éligibilité. Durant quatorze ans, année après année, ces femmes se sont présentées au Parlement pour revendiquer le droit de vote, et ce, avec des milliers d'autres femmes, jusqu'à ce qu'elles l'obtiennent, il y a 76 ans.

Le lundi 11 avril dernier, a eu lieu un premier événement En marche pour la parité à l'Assemblée nationale du Québec. Cette rencontre s'est tenue grâce à l'initiative du Groupe Femmes, Politique et Démocratie (GFPD).

En 1940, les femmes ont remporté le droit de vote et celui d'éligibilité qui leur donnent accès à l'espace politique dans lequel s'élaborent les lois et les règles de vie commune. Nous avons cru que la société québécoise, dite égalitaire, évoluerait d'elle-même vers une égalité représentative des sexes et qu'une place équitable serait faite aux femmes dans les lieux de pouvoir administratif, politique et économique. Il a toutefois fallu attendre 21 ans

avant qu'une première femme députée, Claire Kirkland-Casgrain soit élue; et près de 40 ans plus tard le nombre dépasse à peine les 20 %. Force est de constater que la parité ne se fait pas « naturellement ».

Certes, il y a eu constitution d'un Comité des priorités paritaire, sous le gouvernement de Jacques Parizeau entre 1994 et 1996 et plus récemment la nomination d'un conseil des ministres paritaire entre 2007 et 2008 par l'ex-premier ministre Jean Charest. D'autres gestes ont été plus durables, car ils ont été inscrits dans des lois ou des règlements : l'introduction de l'égalité femmes-hommes dans les conseils d'administration des sociétés d'états et la parité des candidatures chez Québec Solidaire, seul parti au Québec à imposer la parité.

Il faut faire plus. Le progrès ne vient pas tout seul.

En 2016, les Québécoises sont encore loin d'exercer le pouvoir politique, voire économique, à égalité avec les hommes. À titre d'exemple, elles forment aujourd'hui 28,8 % des personnes élues à l'Assemblée nationale, 39,3 % des ministres, 32 % des conseils municipaux, 17,3 % des mairesses, 21,8 % des préfètes des municipalités régionales de comté (MRC) et 19,8 % des conseils d'administration des grandes entreprises.

L'atteinte de l'égalité femmes-

hommes n'est ni linéaire ni progressive, comme en témoignent les reculs constatés au cours des dernières années quant à la proportion de femmes députées et ministres. Dans les fonctions municipales, la croissance est anémique, une situation encore plus critique étant donné les nouveaux pouvoirs qui sont attribués aux MRC du Québec à la suite des réorganisations régionales.

Cette situation n'est plus acceptable et notre démocratie ne peut s'en satisfaire. La parité femmes-hommes dans les instances du pouvoir est désormais le but à atteindre. Cette tâche ne peut pas incomber uniquement aux

femmes; elle relève d'une responsabilité institutionnelle. Des obligations à la parité doivent être inscrites dans des règles claires, sans quoi rien ne garantit qu'un jour les femmes soient partie prenante des décisions à égalité avec les hommes.

Il faut que l'Assemblée nationale et le gouvernement prennent le leadership pour corriger ce déficit démocratique. En 2016, il est temps que la parité devienne au Québec un principe de démocratie.

Source : Groupes Femmes, Politique et démocratie.

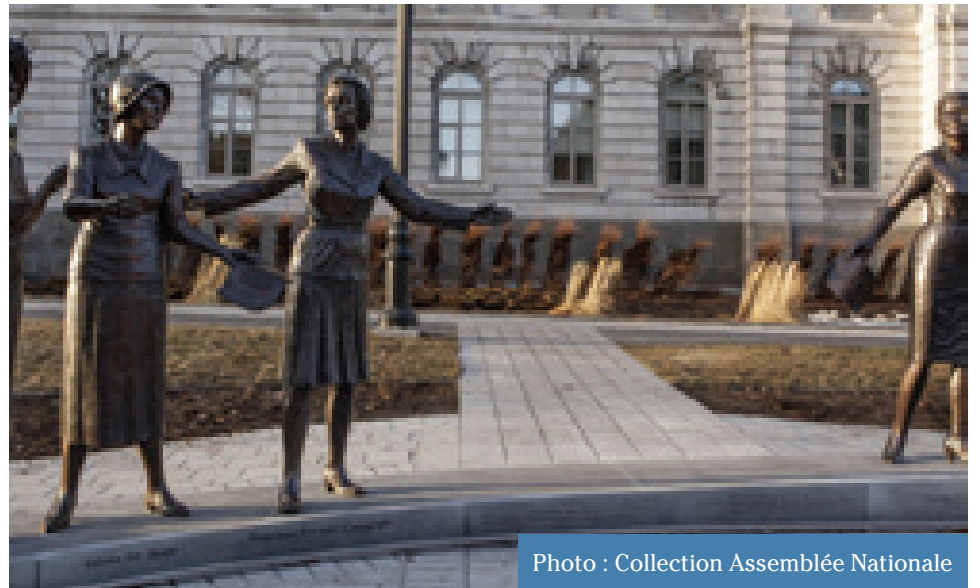
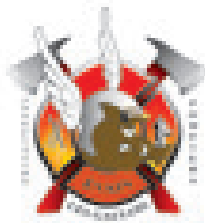


Photo : Collection Assemblée Nationale

L'association des pompiers d'Évain est heureuse de remercier Location Rouanda pour son partenariat de longue date dans la cause des grands brûlés.



Martin Doucet, gagnant de la scie à chaîne Écho, d'une valeur de 500 \$ offerte par Location Rouanda (Yvon Bisson)
Crédit-photo : Les pompiers d'Évain

Le soccer se porte bien!

■ RÉJEAN GOUIN

La LSMRN (Ligue de Soccer Mixte de Rouyn-Noranda) profite du gymnase de l'école St-Bernard pour disputer plusieurs parties de soccer intérieur durant la saison froide. Sur la photo Florence Girard-Côté (une jeune femme de notre quartier) qui joue pour l'équipe Techno-Sub. Cette équipe s'est méritée les honneurs de la finale de la classe C 2016.



Crédit photo : Réjean Gouin

Quartier Évain - AVIS PUBLIC



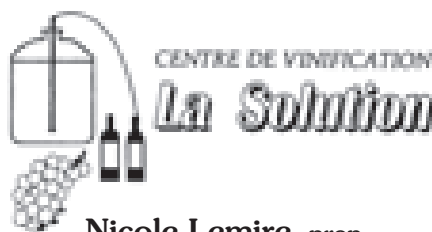
La population du quartier d'Évain est priée de prendre note que la prochaine séance régulière du conseil de quartier d'Évain se tiendra :

Date : Mardi 14 juin 2016

**Lieu : Centre communautaire d'Évain
au 200, rue Leblanc
Salle des loisirs**

Heure : 20 h

Tél : 819-768-2679



Nicole Lemire, prop.

134A rue d'Évain Rouyn-Noranda

FRANCIS
GAUTHIER
inc.

768-2690

terrassement

255 ave. Lafontaine Rouyn-Noranda, Qué. J0Z 1Y0

Violence, quand tu nous tiens !

■ LILI GERMAIN

La violence est toujours bien présente dans nos vies, comme en font foi les données qui suivent, tirées de l'Enquête sociale générale de 2014 sur la victimisation. Cette enquête a été produite par Statistique Canada. Des telles données portent à réfléchir et nous font réaliser l'ampleur du travail qui reste à faire pour la contrer, ou du moins l'atténuer, que ce soit à la maison, dans la cour d'école, au travail ou ailleurs.

Violence conjugale

L'enquête indique que parmi les 19,2 millions de Canadiens et de Canadiennes ayant un conjoint ou un ex-conjoint, 4 % ont été victimes de violence conjugale pendant les cinq années qui l'ont précédée. À ce propos, il est question de violence physique, de violence sexuelle ou des deux. Bonne nouvelle, cette proportion est en régression par rapport à ce qui était enregistré en 2004 (7 %). L'enquête révèle par ailleurs que 70 % des incidents n'ont jamais été signalés aux policiers.

La moitié des victimes de violence conjugale a été brutalisée une fois, mais près du tiers ont déclaré de 2 à 10 épisodes de violence. Les formes les plus graves sont le plus souvent déclarées par des victimes de sexe féminin. On pense ici aux agressions sexuelles et au fait de se faire battre, étrangler ou menacer avec une arme à feu ou un couteau.

Près du tiers des victimes de violence conjugale avoue avoir été blessé physiquement, une proportion qui est demeurée stable au cours des dix dernières années. Mais il faut ajouter à cela les cauchemars et l'insécurité menant à rester sur ses gardes et à éviter des situations potentiellement explosives.

Violence familiale

En 2014, plus de 323 600 victimes ont déclaré des crimes violents à la police du Canada. Parmi elles, le quart a subi de la violence familiale. Il s'agit majoritairement de femmes (68 %). Par ailleurs, 53 647 victimes de crimes violents déclarés avaient moins de 18 ans. Pour imaginer ce chiffre, mentionnons qu'il équivaut, grosso modo, aux populations des MRC Abitibi et Abitibi-Ouest plus la moitié de celle du Témiscamingue. Énorme, non ?

Les auteurs de l'enquête indiquent que les enfants de moins de 12 ans sont le plus souvent agressés par un parent ou une connaissance, rarement par un étranger. Quant aux personnes de 65 ans et plus, elles sont surtout victimes d'un enfant adulte (33 %).

Pour en savoir plus, suivre ce lien :

<http://www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/160121/dq160121b-fra.pdf>

5 000 km à pied pour la Société de recherche sur le cancer

■ DIANE GAUDET BERGERON

Normand Boulanger, un homme habitant Évain, s'appête à partir pour l'aventure de sa vie. Le 1^{er} Janvier 2017 il entreprendra une marche de plus de 5 000 km pour une bonne cause. Il marchera sur les traces des Incas sur l'ancienne route Inca (Qhapaq Ñan)

de la Colombie au Chili. Il planifie un peu plus d'une année pour accomplir l'exploit qu'aucun n'a encore accompli dans l'ère moderne.

« Ce sera une première, je serai la première personne à marcher la route des Andes du point le plus au nord au point le plus au sud du réseau de route Inca », de dire Normand.

Pendant toute l'année 2016, il organisera des collectes de fond pour l'organisme à but non lucratif de la Société de recherche sur le cancer. Le premier mai avait lieu un Quille-athon à Rouyn-Noranda. Du 25 juillet au 4 août prochain, il marchera de Montréal à Québec pour le cancer en passant par le Chemin du Roy (route 138). Le 10 septembre prochain, il y aura une activité de rallye-randonnée au Parc d'Aiguebelle et le 18 septembre, une conférence avec le marcheur Jean Béliveau (qui a parcouru 75 500 km à pied en 11 ans).

Il travaille à l'organisation d'autres



Normand Boulanger
Organisateur

Déjouer les effets néfastes du soleil par de bonnes habitudes de protection

■ MUGUETTE LACERTE

Depuis 1989 l'Association canadienne de dermatologie organise chaque année en début juin la Semaine nationale de prudence au soleil. Cette chronique traitera donc des effets du soleil sur la peau et des conseils de protection.

La plupart d'entre nous aiment travailler, s'amuser et se détendre par une belle journée ensoleillée. De plus, la luminosité du soleil est profitable à notre bonne humeur. Toutefois les rayons du soleil ne sont pas que bénéfiques, ils procurent des problèmes de la peau et le vieillissement prématuré de celle-ci. Une peau bronzée n'est pas synonyme de santé mais plutôt une réponse de la peau à une agression élevée d'exposition au soleil. Les rayons responsables sont appelés rayonnement ultraviolet ou rayons UV et ils sont aussi réfléchis au corps par la neige (80 % des rayons) et l'eau.

Les conséquences d'une exposition non protégée au soleil

L'exposition non protégée au soleil peut provoquer des coups de soleil, des problèmes aux yeux, le vieillissement prématuré de la peau, des cancers de la peau, et même l'affaiblissement du système immunitaire.

Le coup de soleil est le type de lésion le plus connu. Il s'agit d'une inflammation cutanée douloureuse qui apparaît dans les heures suivant l'exposition.

Le photovieillissement est différent du vieillissement naturel car les effets des rayons UV modifient la structure normale des cellules de la peau. Les signes sont des rides autour des yeux et de la bouche qui se creusent davantage, des taches pigmentaires, la perte du tonus et de l'élasticité de la peau qui s'épaissit et devient rugueuse. 90 % du vieillissement de la peau est attribuable aux effets du soleil.

Lorsque les dommages à la peau sont trop importants, des mutations des cellules se produisent causant des cancers de la peau.

Conseils de protection

- Éviter l'exposition au soleil entre 11 h et 15 h. Choisissez des endroits à l'ombre, exemple un parasol de plage, des auvents, le gazebo, les gros arbres, etc.
- Vérifier l'indice UV à la télévision ou la radio. Au Canada l'indice peut être de 3 ou plus entre 11 h et 15 h d'avril à la fin septembre même si c'est nuageux ou brumeux...
- Utiliser une crème de protection solaire. Il est important de se protéger à l'année hiver comme été. Pour que la crème protège efficacement, l'emballage doit avoir les indications suivantes : « large spectre », résistant à l'eau, un facteur ou indice de protection solaire (FPS ou IPS) de 30 ou plus. La quantité nécessaire pour une application sur tout le corps d'un adulte est l'équivalent de 2 à 3 cuillerées à soupe (ex : une balle de golf) et d'une cuillerée à thé pour le visage. La crème doit être appliquée 15-20 minutes avant de sortir, répétée aux 2 heures et après la baignade ou une transpiration excessive. Le but de la crème solaire n'est pas de prolonger le temps passé au soleil mais bien d'augmenter la protection.
- Porter de vêtements couvrant les bras et les jambes. Ils protègent mieux que les crèmes. Un chapeau à large couvre la tête, le visage, le soleil et le cou.
- Porter des lunettes offrant une protection UVA et UVB indiquant « UV 400 ou 100 % UV »

Attention : les jeunes enfants ne doivent pas être exposés au soleil. Leur système de protection n'est pas encore développé.

Enfin, les produits autobronzants remplacent le bronzage en procurant un hâle doré mais ne constituent pas une protection solaire.

Bien protégés des effets indésirables du soleil, je vous souhaite un bel été de joie en famille et entre amis.

Pour en savoir davantage, consultez

www.canadiensensanté.gc.ca et www.dermatology.ca

activités en cours d'année 2016. Il espère amasser le plus d'argent possible pour la bonne cause à travers ses activités. Mais il a aussi une autre approche.

« Je prends le défi de marcher 5 000 km pour la cause. Prendrez-vous le défi de donner 1 \$ par km ? », lance-t-il comme défi aux dirigeants des compagnies locales et régionales.

« La SRC n'a jamais eu de challenge du genre. » Il se dit très fier de son projet et anxieux de commencer.

Donc si vous voyez Normand Boulanger marcher dans les rues d'Évain pendant le mois de juin avec son gros sac à dos orange, allez lui parler de son voyage, il sera heureux de vous l'expliquer pendant qu'il fera

du porte à porte pour la cause au mois de juin. « Ça me servira aussi d'entraînement » dit-il.

Vous pouvez consulter son site internet pour plus de détails :
www.qhapaqnan-fr.net

Julien Gauthier
EXCAVATION

R.B.Q. : 2462-4488-42



Tél. : 819-768-2421
Cell. : 819-763-6949
Fax. : 819-768-2428

3865, Rang des Cavaliers
Rouyn-Noranda (QC), J0Z 1Y2

Droits en santé et services sociaux

Une campagne nationale est lancée

■ LILI GERMAIN

La Fédération des centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (FCAAP) a tenu une conférence de presse à Rouyn-Noranda le 26 avril dernier pour lancer une campagne nationale de sensibilisation des droits des personnes âgées dans le domaine de la santé. La Table régionale de concertation des personnes âgées de l'Abitibi-Témiscamingue, le CAAP Abitibi-Témiscamingue et la FADOQ s'associent à la FCAAP pour faire de cette campagne de sensibilisation un succès dans la région.

Les objectifs de la campagne

La directrice générale du FCAAP, Mme Manon Fortin, a indiqué que plusieurs personnes ignorent encore qu'elles peuvent exprimer leurs insatisfactions face au réseau de la santé et des services sociaux. Cela est inquiétant dans le contexte où la population vieillissante est en croissance et requiert de plus en plus de services. Toute personne croyant que ses droits ne sont pas respectés peut porter plainte ou exprimer son insatisfaction en toute confidentialité.

La campagne de sensibilisation de la FCAAP vise d'abord à joindre les personnes âgées et leurs proches aidants et à les informer de l'existence des droits dont ils disposent lorsqu'ils reçoivent des services et des soins du réseau de la santé et des services sociaux. Le deuxième objectif visé est de sensibiliser les personnes âgées au fait qu'elles ne devraient pas hésiter à faire valoir leurs droits et à exprimer leur insatisfaction. La campagne s'articule autour d'une tournée des régions du Québec et s'appuie sur divers outils d'information et promotionnels.

Exprimer son insatisfaction

La Loi sur les services de santé et les services sociaux prévoit un régime d'examen des plaintes permettant à une personne d'exprimer son insatisfaction ou de déposer une plainte pour faire respecter ses droits ou sa dignité ou simplement pour faire connaître les raisons de son insatisfaction. S'exprimer peut aider à corriger une situation ou encore à améliorer la qualité des services. Il ne faut donc pas hésiter à se manifester.

La procédure d'examen des plaintes prévoit un premier recours auprès du Commissaire aux plaintes et à la qualité des services de l'établissement. En cas d'insatisfaction des conclusions du Commissaire, un deuxième recours peut être déposé auprès du Protecteur du citoyen. Dans ce cas, la plainte peut concerner les services du réseau de la santé et des services sociaux, les organismes communautaires, les résidences d'hébergement privées certifiées, les services préhospitaliers d'urgence, les ressources de type intermédiaire ou de type familial ou encore Info Santé / Info Social.

Une plainte touchant un médecin, un dentiste, un pharmacien ou un

résident œuvrant dans un établissement de santé et de services sociaux doit être déposée auprès d'un médecin examinateur, puis, en deuxième recours, auprès d'un comité de révision. Le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens prend, quant à lui, en charge l'étude des plaintes touchant l'aspect disciplinaire.

Précisons qu'une plainte provient généralement d'une personne subissant une situation qu'elle dénonce, mais elle peut aussi provenir d'un proche agissant comme son représentant. Un signalement est pour sa part fait par quelqu'un qui constate une situation posant problème pour une ou plusieurs personnes.

Aide disponible

Les centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) sont mandatés pour soutenir les personnes qui entreprennent une démarche de plainte. On en retrouve dans toutes les régions du Québec et leurs services sont professionnels, gratuits et confidentiels.

Vous craignez des représailles, vous trouvez la démarche difficile? Les CAAP peuvent vous informer quant à vos droits et aux procédures d'examen des plaintes, vous aider à rédiger votre plainte et à préparer votre dossier et vous accompagner dans votre démarche. Leurs services peuvent s'avérer très précieux, surtout dans le contexte de l'actuelle réorganisation des services dans le domaine de la santé et des services sociaux.

Le comité des usagers de l'établissement visé par une plainte a, pour sa part, le mandat de défendre les droits et les intérêts des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Enfin, la ligne téléphonique Aide Abus Aînés offre du soutien sur une base anonyme et confidentielle.

Pour plus d'informations, consultez le site du Portail Santé Mieux-être : sante.gouv.qc.ca/systeme-sante-en-bref/plaintes/#aide-et-accompagnement

Commissaire aux plaintes de l'Abitibi-Témiscamingue :

CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue,
1 888-764-5531

CAAP Abitibi-Témiscamingue :

www.caapat.com
1 877 767-2227

FCAAP :

1 819 797-2433
info@caapat.com

Aide Abus Aînés :

1 888 489-2287

Protecteur du citoyen :

1 800 463-5070
www.protecteurducitoyen.qc.ca



Vous avez des droits en santé

Quels sont-ils?

■ LILI GERMAIN

Nous avons tous des droits lorsque nous recevons des services ou des soins du réseau de la santé et des services sociaux en tant qu'usager, c'est clair. Mais quels sont-ils? La Fédération des centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (FCAAP) a préparé un document résumant les droits consentis par la Loi sur les services de santé et les services sociaux.

Cette loi prévoit que toute personne doit être informée de l'existence des services et des ressources disponibles dans son milieu en matière de santé et de services sociaux ainsi que des modalités permettant d'y accéder. Nous devons aussi recevoir des services adéquats avec continuité et de façon personnalisée et sécuritaire. Nous pouvons choisir le professionnel ou l'établissement duquel nous souhaitons recevoir des services et nous devons recevoir les soins requis par notre état.

La loi prévoit aussi que toute personne doit être informée de son état de santé et de bien-être de manière à connaître, dans la mesure du possible, les options qui s'offrent à elle ainsi que les risques et les conséquences associés à ces options avant de consentir à des soins. Les personnes doivent également être informées, le plus tôt possible, de tout accident survenu au cours de la prestation de services reçus pouvant entraîner ou ayant entraîné des conséquences sur leur état de santé ou de bien-être, ainsi que des mesures prises pour contrer ces conséquences ou pour prévenir la récurrence d'un tel accident.

Une personne peut donner ou refuser son consentement pour des soins divers tels des examens, prélèvements, traitements ou autres interventions. Le consentement aux soins ou l'autorisation de les prodiguer est donné ou refusé par l'usager ou, le cas échéant, son représentant ou le tribunal. Il faut aussi noter que nous pouvons participer à toute décision affectant notre état de santé ou notre bien-être, ce qui touche le plan d'intervention ou le plan de services individualisé et leur modification.

Nous pouvons être accompagné et assisté d'une personne de notre choix lorsque l'on souhaite obtenir des informations ou entreprendre une démarche relativement à un service dispensé par un établissement ou pour le compte de celui-ci ou par tout professionnel exerçant dans un centre exploité par l'établissement.

Lorsqu'elle est d'expression anglaise, une personne a le droit de recevoir des services de santé et des services sociaux en anglais compte tenu de l'organisation et des ressources humaines, matérielles et financières des établissements dispensant les services et dans la mesure où le prévoit un programme d'accès.

Il est possible d'exercer un recours contre un établissement, ses administrateurs, employés ou préposés ou un professionnel pour une faute. Enfin, la législation prévoit l'accès à son dossier et le droit à la confidentialité de celui-ci.

Être hébergé est aussi un droit et il est lié à son état de santé. L'établissement ne peut cesser d'héberger un usager ayant reçu un congé que si son état permet son retour ou son intégration à domicile ou si une place lui est assurée auprès d'un autre établissement, ressource intermédiaire ou ressource familiale où il pourra recevoir les services adéquats.

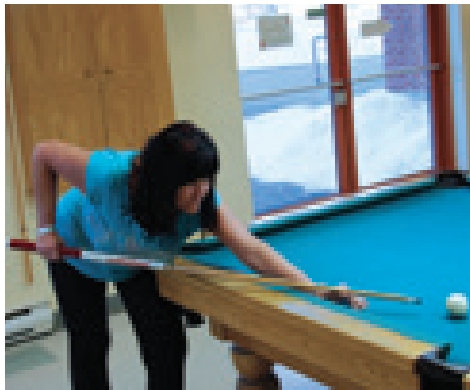
Des membres actifs au club Bon Accueil d'Évain

■ RÉJEAN GOUIN

Les membres du club Bon Accueil ont bougé beaucoup encore cette année. C'est la majorité des membres qui a participé aux différentes activités qui leur ont été offertes. Un choix varié pour plaire à tous : lundi, baseball poche et billard; mardi, les cartes et billard; mercredi, conditionnement physique et billard et jeudi, sacs de sable.

Et pour celles et ceux qui croient que jouer aux sacs de sable n'est pas un sport, sachez que collectivement les participantes et les participants ont franchi une distance de 93 km durant la saison.

Voici en photos comment notre club local s'est activé jusqu'à ce printemps. (Crédits photos : Réjean Guoin)



Mme Julie Corriveau, la gagnante de la finale cette année.



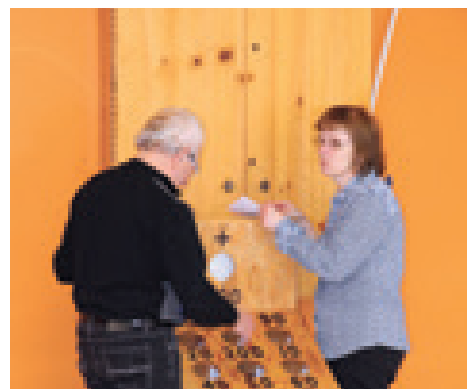
L'équipe de billard féminin : Mmes Diane Pépin, Julie Corriveau, Micheline Routhier, Carmelle Landreville, Lise Arseneault, Jocelyne Thouin et Myriam Mercier.



Carmelle Landreville, finaliste au billard féminin.



L'équipe gagnante pour les sacs de sable : Carmen Gervais, Réjean Gagnon, Thérèse Thivierge et Yvonne Pépin



Il faut bien compter, si on veut un gagnant.



Équipe gagnante pour le baseball poche : Conrad Hautcoeur, Monique Larose, Omer Gervais, Jean-Guy Gelineau et Marie-Claire Dickey



Le gagnant de la finale de billard hommes groupe B : A gauche, M. Raymond Gagnon recevant le trophée des mains de Maurice Patry Président du Club de l'Âge d'Or.



M. Claude Normand, gagnant de la finale billard hommes groupe A.



Le gagnant de la finale groupe A billard hommes : M. Claude Normand



René Mercure était l'entraîneur tous les mercredis pour le club



De gauche à droite sur la photo : Carmen Duchesne, Denise Gelineau, Monique Larose, Claude Noel, Gisèle Gélinas, Nicole Leroux, Colette Brouillette, Denis Ricard, Anna Richer et Marie-Claire Dickey

Des nouvelles du Club de l'Âge d'or

■ MARIE-CLAIRE DICKEY

Lors du brunch du 1^{er} mai, nous avons servi 490 déjeuners... Les gagnants du bon d'achat de 50 \$ de Provigo ont été Normand Larocque et Jean-Guy Gauvin. Les gagnants du 50/50 sont : Marcel Caron et Conrad Hautcoeur. Merci à tous pour votre participation aux jeux. Merci aux cuisinières Berthe Major et Carmen Duchesne pour le bon souper. Le dernier brunch de la saison aura lieu le 5 juin prochain. Bonnes vacances à tous. On vous attend pour le début de septembre!

RAID AVENTURE JOANNES
RAID AVENTURE JOANNES

Le RAID AVENTURE JOANNES, ça se vit en famille, entre amis, avec les collègues de travail! Amusez-vous! Soyez fiers!
Formez votre groupe et inscrivez-vous dès aujourd'hui!
www.inscriptionenligne.ca/raidaventurejoannes

04 SEPT 2016

Plastiques INDUSTRIELS
G+Plus inc.
EXPLOITEZ LA FORCE G

Stephan Tapp
Directeur Développement
des Marchés

Cell : 705 495.7698
stephan@plastiquesgplus.com
www.plastiquesgplus.com

Tél. sans frais : 1.866.797.9436
Télec. sans frais : 1.877.797.4421
Local & Inter.: +1.819.768.8888

180, rue d'Évain
Rouyn-Noranda, Qc, Canada J0Z 1Y0

Des nouvelles de votre bibliothèque

■ RÉJEAN GOUIN

Horaire d'ouverture pour 2016 : mardis et jeudis 16 h à 20 h

Juin est à nos portes et de nombreuses nouveautés vous attendent à la bibliothèque. Le beau temps est revenu; avec la chaleur quoi de mieux qu'un bon livre pour s'évader dans toutes sortes d'aventures. Voici une partie du choix qui vous est offert :

Romans adultes

- **City on Fire** de Garth Risk Hallberg
- **Naufragés** de Emily Bleeker
- **L'année la plus longue** de Daniel Grenier
- **Vi** de Kim Thuy
- **Brunetti entre les lignes** de Donna Leon
- **Le lagon noir** de Arnaldur Indridason
- **Le chant des dunes** de John Connolly
- **Comme l'envol des oies** de Carmen Belzile
- **La fille de Brooklyn** de Guillaume Musso
- **Désolée, je suis attendue** de Agnès Martin-Lugand
- **La théorie du drap contour** de Valérie Chevalier
- **Yandicha cœur sauvage** de Éliane Saint-Pierre
- **Le sang des innocentes** de Mélanie Tremblay

Documentaires

- **Dans l'intimité du pouvoir** de Dominique Lebel
- **La vieillesse par une vraie vieille** de Janette Bertrand
- **Le carnet de Saskia Petits et grands bonheurs de tous les jours** de Saskia Thuot
- **Le journal du diable : Les secrets d'Alfred Rosenberg, le cerveau d'Hitler** de Robert K. Wittman
- **L'affaire Turcotte : Les dessous de la saga judiciaire de la décennie** de Catherine Dubé
- **J'aime** de Pénélope McQuade

Romans jeunesse

- **Le Talisman de Nergal tome 4 La clé de Satan** de Hervé Gagnon
- **Le Talisman de Nergal tome 5 La cité d'Ishtar** de Hervé Gagnon
- **Le Talisman de Nergal tome 6 La révélation du centre** de Hervé Gagnon

sites.google.com/site/biblioevain

Vacance des bénévoles de la bibliothèque

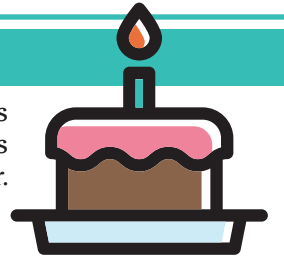
■ RÉJEAN GOUIN

Veillez prendre note que votre bibliothèque sera fermée pour les vacances du 22 juin au 18 juillet, et à partir de cette date, elle sera ouverte seulement les mardis jusqu'au 6 septembre.

Nous souhaitons un été rempli de bonnes lectures à toutes et à tous!

BONNE FÊTE!

L'équipe du journal souhaite à toutes les personnes qui célèbrent leur anniversaire au mois de juin une très belle journée remplie de belles surprises et de bonheur.



Passez une excellente journée. Faites-vous plaisir!

À vendre

Roulotte de chantier de marque Laroc, (fifthwheel) modèle la 34D. Bâtiment 10' de large par 20' de long. 8'1/2 de haut. Année 2003 comprenant poêle à bois, fournaise au propane Martin et une installation pour le propane. 12 volts et un BBQ. Prix demandé 8 000 \$
Demandez Réal au 819-763-8309.



Concentré de vins et bières
Équipement de base complet
Location d'équipement
Distributeur : Héron Bay, Kendridge, Fontana, Muntons et autres

Nicole Lemire 134, rue d'Évain
Propriétaire Rouyn-Noranda
Tél. : 819-768-2137

Les pompiers d'Évain sont là pour nous. En cas d'urgence, appelez le 911.



65, avenue Victor
Quartier Évain, Rouyn-Noranda
Tél. : 819-763-1531

Sur rendez-vous
Lundi au Jeudi : 9 h à 21 h
Vendredi : 9 h à 17 h

JUIN 2016

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Récupération : Bleu Poubelles : Vert Lieu de l'activité : Noir : Centre communautaire d'Évain / Rouge : École St-Bernard / Violet : Église						
			1 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	2 Messe 16 h 15 Biblio 16 h à 20 h	3 Messe 19 h 15	4 Messe 19 h 15
5 Messe 10 h Brunch du Club de l'Âge d'Or	6 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	7 Messe 16 h 15 Biblio 16 h - 20 h	8 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	9 Messe 16 h 15 Biblio 16 h à 20 h	10 Messe 19 h 15	11 Messe 19 h 15
12 Messe 10 h	13 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	14 Messe 16 h 15 Biblio 16 h - 20 h	15 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	16 Messe 16 h 15 Biblio 16 h à 20 h	17 Messe 19 h 15	18 Messe 19 h 15
19 Messe 10 h Fête des pères	20 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	21 Messe 16 h 15 Biblio 16 h - 20 h	22 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	23 Messe 16 h 15 <i>KukSoolWon</i> (évaluation) 19 h à 20 h	24 Messe 19 h 15 <i>KukSoolWon</i> Fête nationale des Québécoises et Québécois	25 Messe 19 h 15
26 Messe 10 h	27 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	28 Messe 16 h 15	29 Messe 16 h 15 Badminton 19 h 30 - 21 h Danse en ligne 19 h à 21 h	30 Messe 16 h 15		