



Le Mirador

VALCANTON NO. 96

JUILLET 2020



Bonnes vacances à vous tous
et un bon été tout en
chaleur.

COORDINATION: France St-Amant

Téléphone: 819-941-2101

poste 221

Télécopieur: 819-941-2485

journal_valcanton@hotmail.com

COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES

Renée Bégin

officière municipale et bibliothèque de Val-Paradis

Nancy Bureau

infirmière de milieu

Karine Lacroix

Maison des jeunes décentralisées

Sylvie Dionne

animatrice-intervenante Friperie créative VVB

Annie Lavoie

bibliothèque de Beaucanton

Nelson Tremblay

président de la localité

Lisette Philippon

Présidente Fabrique de Beaucanton

Claudine Desgagnée

Sécrétaire Fabrique de Val-Paradis

PUBLICITÉ ET ABONNEMENT

Carte professionnelle 5 \$/parution		6 parutions/année	20\$
¼ page	10 \$/parution	6 parutions/année	40\$
½ page	20 \$/parution	6 parutions/année	80\$
1 page	40 \$/parution	6 parutions/année	180\$
Organisme sans but lucratif		½ page gratuite/parution	

ABONNEMENT

Extérieur du territoire de Valcanton 20 \$/6 parutions

Accès sur web
www.valcanton.ca/fr

MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour chers(ères) concitoyens(nes),

Comme vous le savez nous faisons face à une situation sans précédent, ce que nous vivons est exceptionnel, que ce soit dans les bureaux, services des loisirs et les travaux publics. Nous travaillons à maintenir un service de qualité.

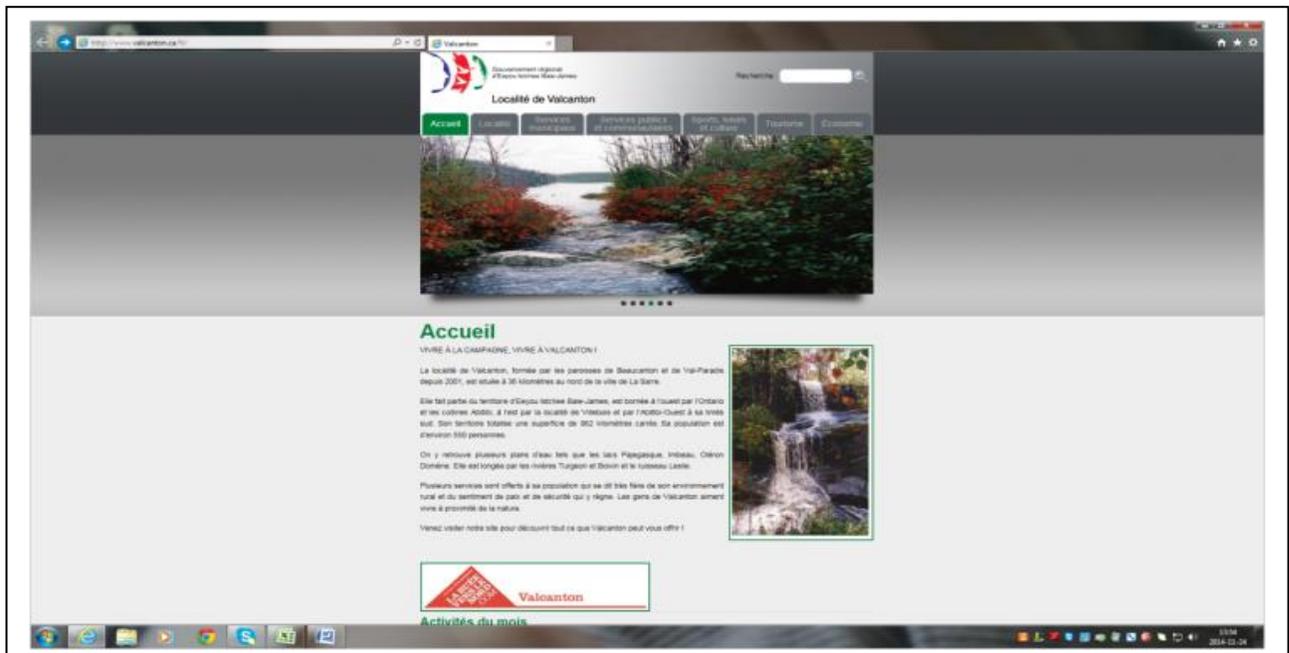
Nous devons nous adapter à cette situation que ce soit pour la désinfection des locaux, la distanciation de 2 mètres ainsi que le port de masque, plexiglas, etc.

Je veux souligner l'effort de chacun(ne) durant cette pandémie. On a été épargné dans le secteur de Valcanton et c'est très bien ainsi. Cependant, on doit s'adapter à ce nouveau mode de vie et continuer, il ne faut pas lâcher.

On est en processus de soumission pour du rechargement dans certains secteurs, nous travaillons au reprofilage de la chaussée par la suite nous ferons l'épandage de l'abat poussière.

J'aimerais conscientiser certains citoyens qui ont la fâcheuse habitude de laisser leurs traces de départ et arrêt. Ses agissements ne servent que leur propre cause sans égard aux autres citoyens. Ceux qui liront ces quelques lignes se reconnaîtront sûrement. Des consignes ont été apportées à la Sûreté du Québec pour accentuer la surveillance accrue sur le territoire. Nous vous remercions pour votre bonne collaboration et votre soutien à un meilleur entretien.

J'aimerais souligner les 35 années de services de Madame Renée Bégin au sein de la localité, pour son travail et son dévouement exceptionnels.



VENEZ CONSULTER LE SITE DE LA LOCALITÉ DE VALCANTON (www.valcanton.ca/fr)
 Vous y trouverez une multitude d'informations concernant les services offerts à Beaucanton et Val-Paradis. Le calendrier des cueillettes des bacs et les dates y sont affichés.

Nous attendons vos commentaires et vos photos représentatives de nos communautés.

HORAIRE DE LA BIBLIO DE VAL-PARADIS

FERMER POUR LA PÉRIODE DE L'ÉTÉ 2020



Votre biblio n'a pas le livre que vous aimeriez lire?

Faites une demande de prêt entre bibliothèques! (PEB) Livraison dans les 14 jours.
Sans frais!





Abonnez-vous à votre bibliothèque et ayez accès **GRATUITEMENT** à des centaines de livres numériques. Nouveautés toutes les semaines! Informez-vous à votre biblio.



SITE WEB : mabiblio.quebec

La bibliothèque de Val-Paradis sera **fermée POUR LA PÉRIODE DE L'ÉTÉ 2020** de retour en septembre aux heures habituelles. Pour rejoindre la bibliothèque, faire 819-941-2361 poste 8228.

FRIPERIE CRÉATIVE V.V.B.

Nos vêtements sont usagés, nettoyés, réparés et remodelés.

Des confections sont faites sur place ex. : bas, pantoufles, sacs, pyjamas, etc. ainsi que des réparations de rebord de pantalons et de jupes, pose de boutons et de fermeture éclair, réparations légères et diverses.

De plus, la friperie offre des cours de tricot (crochet et broche) et de couture.

Nous acceptons les dons de vêtements, de tissus, d'articles de couture divers, de laine et de boutons...

La friperie est située à Villebois dans l'édifice municipal. Les heures d'ouverture sont du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 13h 30 et le vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h. Téléphone : 819-941-4441.



PERMIS DE RÉNOVATION ET CONSTRUCTION

Nous comprenons qu'avec toutes les restrictions et les contraintes que la COVID-19 à apporter dans vos vies.

Cependant, vous devez vous prémunir d'un permis lorsque vous faites des travaux de rénovation ou construction, et ce dès que possible.

Merci de votre bonne collaboration.

BEAUCANTON

Compte tenu de la COVID-19, L'ÉGLISE DE BEAUCANTON SERA FERMÉE POUR LA PÉRIODE D'ÉTÉ 2020.

Voici les consignes exigées par l'Évêché qui demanderait un employé pour faire la désinfection après chaque messe :

- **Laver les mains à l'entrée**
- **Respecter les deux mètres de distanciation physique**
- **Asseyez-vous dans les bancs marqués d'un point blanc (veuillez ne pas toucher les bancs condamnés)**
- **Des paniers sont placés en arrière pour votre don, quête ou votre capitation**
- **Veillez suivre le plan de circulation prévu en entrant et en sortant de l'église et en respectant les deux mètres de distanciation physique et en évitant autant que possible de se croiser**
- **Restez dans vos bancs pour la communion : elle sera distribuée directement dans les bancs**
- **Pas de baiser de paix (geste de paix par le regard)**
- **Recevez le corps du Christ dans votre main**
- **Évitez tout attroupement à l'entrée et sortie de l'église**

Nous vous rappelons qu'un maximum de 50 personnes est autorisé durant chaque célébration. Merci pour votre aimable collaboration, au profit de votre santé et de celle de tous les fidèles !



MESSES VAL-PARADIS

Voici les consignes exigées par l'Évêché :

- **Laver les mains à l'entrée**
- **Respecter les deux mètres de distanciation physique**
- **Asseyez-vous dans les bancs marqués d'un point blanc (veuillez ne pas toucher les bancs condamnés)**
- **Des paniers sont placés en arrière pour votre don, quête ou votre capitation**
- **Veuillez suivre le plan de circulation prévu en entrant et en sortant de l'église et en respectant les deux mètres de distanciation physique et en évitant autant que possible de se croiser**
- **Restez dans vos bancs pour la communion : elle sera distribuée directement dans les bancs**
- **Pas de baiser de paix (geste de paix par le regard)**
- **Recevez le corps du Christ dans votre main**
- **Évitez tout attroupement à l'entrée et sortie de l'église**

Nous vous rappelons qu'un maximum de 50 personnes est autorisé durant chaque célébration. Merci pour votre aimable collaboration, au profit de votre santé et de celle de tous les fidèles !

Samedi, le 4 juillet

Repos de l'âme de M. Victor Gagnon/collecte du service

Samedi, 18 juillet

Repos de l'âme de Gisèle Gauthier/collecte du service

Samedi, 1^{er} août

Repos de l'âme d'Aurèle Bouchard/collecte du service

Samedi, 15 août

Repos de l'âme de Ghislain Boily/collecte du service

Samedi, 29 août

Repos de l'âme d'Émile McClure/collecte du service

Samedi, 12 septembre

Repos de l'âme de Charles-Émile Fortin/collecte du service

Samedi, 26 septembre

Repos de l'âme de Lucille Bouchard/collecte du service

Samedi, 10 octobre

Repos de l'âme de Paul-Henri Bouchard/collecte du service

Samedi, 24 octobre

Repos de l'âme de Michèle Tremblay/Équipe de boucherie IGA

MESSAGE IMPORTANT

Nous demandons aux citoyens de Val-Paradis de porter une attention particulière aux pierres tombales au cimetière, car avec les intempéries et le vent plusieurs ont subi des dommages à vérifier. Merci

AVIS IMPORTANT

Abri temporaire d'hiver et clôture à neige

À tous les citoyens qui installent des abris temporaires d'hiver et des clôtures à neige, ceci se veut un petit rappel concernant les dates auxquelles ces constructions sont spécifiquement autorisées. En effet, selon l'article 8.2.1.1 du règlement de zonage n^o 79 du Gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James, ces installations sont autorisées dans toutes les zones, du 15 septembre d'une année au 30 avril de l'année suivante pourvu qu'ils satisfassent à certaines conditions.

Il est donc temps de commencer à songer à démonter vos abris d'hiver et vos clôtures à neige ainsi qu'à les entreposer convenablement.

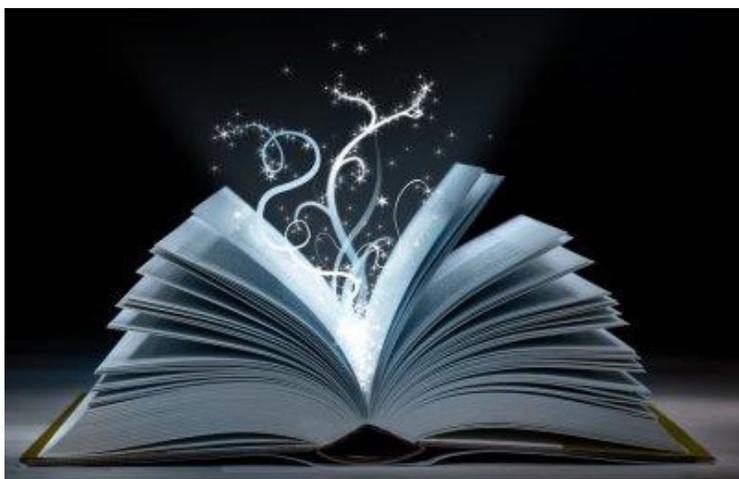
Pour plus de détails, n'hésitez pas à contacter un inspecteur municipal du Gouvernement régional.

Entreposage extérieur de véhicules de loisir

L'entreposage extérieur de véhicules de loisir tel qu'une roulotte motorisée, une roulotte, une motoneige ou un bateau de plaisance est autorisé partout sur le territoire du Gouvernement régional.

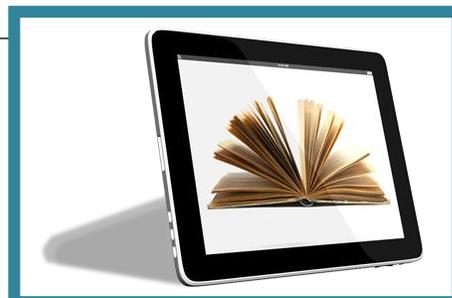
Toutefois, dans les zones résidentielles, commerciales et de services, le véhicule doit être localisé dans les cours latérales ou arrière, à une distance minimale de 2 mètres des lignes de terrain.

De plus, dans les cas des roulottes motorisées et des roulottes, celles-ci ne doivent en aucun temps être utilisées aux fins d'y loger, sur une base temporaire ou permanente, des personnes.



****IMPORTANT : AVIS À TOUS LES USAGERS SI VOUS AVEZ DES VOLUMES EN RETARD VEUILLEZ LES REMETTRE AU SECRÉTARIAT DE LA LOCALITÉ DE VALCANTON DU LUNDI AU JEUDI DE 8H00 À 16H30 À RENÉE BÉGIN OU FRANCE ST-AMANT OU PENDANT NOS HEURES D'OUVERTURE DE LA SEMAINE. MERCI DE VOTRE ENTIÈRE COLLABORATION.**

Les heures d'ouverture de la bibliothèque de Beaucanton sont : **FERMÉE POUR LA PÉRIODE DE L'ÉTÉ 2020**



Vous avez accès gratuitement aux ordinateurs avec haute vitesse pendant les heures d'ouverture.

Si vous avez des demandes spéciales, nous vous offrons la possibilité de commander les livres que vous désirez.

Demander votre numéro d'utilisateur et votre NIP pour visiter le site du réseau biblio, pour consulter votre dossier, faire des réservations et découvrir les livres numériques disponibles.

Kamishibai disponible, sur réservation et animation pour tout-petits et enfants préscolaires sur demande seulement, contactez-nous.

Inscription gratuite pour tous!

Aucuns frais d'abonnement. Bienvenue à tous et bonne lecture...

Annie Lavoie, responsable Tél. : 819-941-2101 poste 229

Pour me joindre par courriel : beaucanton@reseaubiblioatnq.qc.ca

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Trois-Rivières, 15 juin 2020 - 10h

UN GUIDE POUR FACILITER LE DÉCONFINEMENT DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

Le Regroupement des organismes de base en santé mentale (ROBSM) Mauricie/Centre-du-Québec a rédigé un guide pour faciliter le déconfinement des organismes communautaires. Le premier fascicule de ce guide évolutif est disponible [en téléchargement](#).

RAISON D'ÊTRE

La profusion d'informations et de directives de santé publique rend le déconfinement complexe. Identifier les sources fiables d'information, évaluer leur validité (une directive pouvant modifier une précédente) et enfin, trouver de quelles façons appliquer ces directives, sont autant de défis auxquels sont confrontés les acteurs du communautaire. C'est la raison d'être du présent guide, destiné aux organismes-membres du ROBSM 04-17, mais qui pourrait également aider d'autres organismes, en dehors de la santé mentale et de la région.

CONTENU DU GUIDE

Le guide cite plusieurs écrits consacrés à la relance, tout en apportant d'autres éléments, dont une méthode de travail pour arriver à la mise en place d'un plan d'action spécifique pour la relance, impliquant l'équipe de travail et le conseil d'administration. On trouve en filigrane l'idée de ne pas dédoubler ce qui existe déjà en termes de guides, mais de les bonifier et de les partager au plus grand nombre.

Ce document se veut un guide évolutif qui sera mis à jour en fonction des changements de directives et des suggestions d'amélioration proposées par ses lecteurs.

Le 1^{er} fascicule « Préparer la relance » se consacre principalement au retour au bureau¹ des équipes de travail et à poser les bases d'une nouvelle façon de travailler. Suivront un fascicule consacré à la vie démocratique (comment réunir un conseil d'administration et organiser une assemblée générale annuelle à distance), un autre opus s'attardera à préparer des conditions sécuritaires et viables dans le temps à l'accueil du public, etc.

[#EtçarepartROBSM](#)

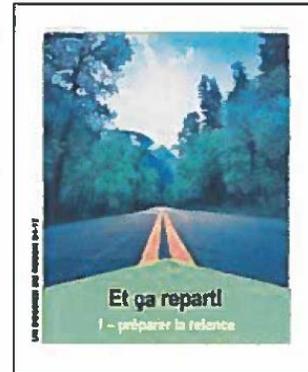
¹ Les termes « retour au bureau » ont été employés dans le but d'alléger le propos. Ils ne décrivent toutefois pas la réalité de tous les organismes membres du ROBSM : certains sont restés ouverts et pleinement actifs pendant le confinement (exemple : le Centre de prévention du suicide, les maisons d'hébergement psychosocial)

Personne-ressource :

Jonathan Lacasse, co-directeur du ROBSM 04-17

Cell : (819) 609-4767

jlacasse@robsm.org





CPE MAMIE SOURIS
BEAUCANTON ✨

* NOUS AVONS DES
PLACES DE
DISPONIBLES

0-18 MOIS
18 MOIS ET PLUS

Contactez nous! [\(819\) 941-2777](tel:819-941-2777)





Bonjour à tous!

C'est avec grand plaisir que la Maison des jeunes décentralisée de VVB vous informe qu'exceptionnellement cet été, les 3 points de services seront ouverts aux jeunes. Des mesures de prévention et de protection ont été mises en place par l'équipe de travail afin de respecter les normes de la santé publique ainsi que la CNESST. Notre équipe est prête et fébrile à l'idée d'enfin pouvoir revoir les ados du secteur. Les animations seront variées et adaptées à la réalité de la situation, mais nous sommes persuadés qu'avec le sourire et la collaboration de chacun, le bonheur n'en sera que décuplé.

Suite aux 3 derniers mois qui fut éprouvants, nous sommes impatientes de pouvoir discuter de vive voix avec nos membres. Les animations virtuelles c'est bien, mais en personne, c'est mieux!



Nous vous souhaitons un bel été rempli de soleil et de petits plaisirs simples de la vie!

Au plaisir, de vous revoir bientôt,

L'équipe de la MDJDVVB

Karine, Michelle et Shaïla

RENOUVELLEMENT DES LICENCES D'ANIMAUX DOMESTIQUES

En vertu de la réglementation de Valcanton, il est interdit, sur le territoire de la municipalité, de garder un chien et/ou chat sans avoir préalablement obtenu une licence (médaille) pour celui-ci. Elle doit en tout temps être attachée au cou de votre animal.

Vous avez du 1^{er} au 31 mars pour vous procurer les licences de vos animaux. Notez qu'il y aura des frais de retard de 10\$ par animal qui s'appliqueront à partir du 1^{er} avril.

Prenez note que la SPCA Abitibi-Ouest sera à Beaucanton, le 11 mars 2020, entre 18h et 20h, pour la vente des licences. Pour la première licence de votre animal, une preuve de stérilisation sera demandée. Si vous ne pouvez pas vous présenter à cette date, vous devez vous rendre directement à la SPCA à La Sarre.

Le port de la médaille permet notamment de retrouver le gardien d'un animal perdu et d'enregistrer la population canine et féline sur le territoire, facilitant ainsi la gestion animalière.

Prix des licences

Chien stérilisé : 15\$

Chien non stérilisé : 25\$

Chat stérilisé : 10\$

Chat non stérilisé : 20\$

Tous les profits des licences vont à la SPCA Abitibi-Ouest.

En cas de non-respect de ce règlement, les contrevenants s'exposent à une amende pouvant aller jusqu'à 50\$ par jour.



Les verrues plantaires

La verrue plantaire est une lésion de la peau qui est provoquée par une infection virale. Elle peut demeurer latente pendant des années ou bien grossir et se répandre rapidement. Elle est également contagieuse pour vous-mêmes et pour votre entourage.

Ces lésions sont causées par le VPH ou virus du papillome humain. Toutefois, même s'il s'agit d'un virus bénin, il est recommandé d'agir rapidement afin de s'en débarrasser.

Symptômes

- Apparence : elle est composée de tissus spongieux, brunâtres ou bien jaunâtres avec de petits points noirs.
- Taille : elle peut mesurer de quelques millimètres à plusieurs centimètres de diamètre.
- Douleur : même si c'est plus rare, il peut toutefois arriver que les verrues plantaires soient douloureuses.

Traitements maison des verrues plantaires

De nombreux traitements sont disponibles afin de limiter les risques de contagion des verrues plantaires. Souvent, ces traitements maison sont même disponibles en vente libre et peuvent même être dispensés à la maison.

Les traitements

Même si, pour certaines personnes, les verrues disparaissent d'elles-mêmes, ce n'est pas le cas pour chacun. C'est pourquoi il est préférable de consulter.

- Les médicaments sous prescription.
- La cryothérapie : ce traitement vise à détruire la verrue récalcitrante en y appliquant de l'azote liquide refroidie à -196 degrés.
- Laser ou chirurgie mineure : c'est une méthode qui permet de retirer les verrues plantaires récalcitrantes à tous les autres traitements.

Prévenir les verrues plantaires

- Garder les pieds secs :
- Se laver les pieds avec du savon : si vous venez de marcher dans un lieu public les pieds nus, n'hésitez pas à nettoyer vos talons et vos orteils avec du savon tout de suite après.
- Porter des bas en coton ou autre fibre naturelle: afin d'éviter une accumulation de l'humidité.

Nancy Bureau, infirmière
CLSC de Beaucanton : 819-941-3007

Centre Intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 

Site Abitibi-Ouest

L'apnée du sommeil

L'apnée du sommeil se manifeste par des arrêts involontaires de la respiration, les « apnées », se produisant durant le sommeil. Ces pauses respiratoires durent par définition plus de 10 secondes. Elles se produisent plusieurs fois par nuit, à une fréquence variable.

Dans la majorité des cas, les apnées sont dues à un relâchement de la langue et des muscles de la gorge, qui ne sont pas assez toniques et bloquent le passage de l'air lors de la respiration. En général, les personnes souffrant d'apnée du sommeil ne s'aperçoivent pas qu'elles font des pauses respiratoires pendant la nuit. Cependant, les apnées provoquent des « micro-réveils » qui altèrent la qualité du sommeil.

Les symptômes les plus fréquents sont donc ceux qui résultent d'un sommeil fragmenté et de mauvaise qualité :

- Une fatigue importante pendant la journée et dès le réveil ;
- Une somnolence et des endormissements fréquents et incontrôlés (devant la télévision, au volant...);
- Des ronflements importants ;
- Des maux de tête au réveil ;
- Une irritabilité, un sentiment dépressif ;
- Des troubles de la mémoire ;
- Une baisse des résultats scolaires chez les enfants concernés ;
- Une sensation d'étouffer ou de suffoquer la nuit.

Personnes à risque

- L'obésité / La circonférence du cou (plus de 40 cm de circonférence) ;
- Les personnes âgées de plus de 65 ans ;
- Les hommes sont de 2 à 3 fois plus atteints que les femmes ;
- Certaines anomalies des voies respiratoires ou des mâchoires,
- Des facteurs génétiques.

Facteurs de risque

- L'obstruction nasale ;
- La consommation d'alcool. L'alcool entraîne un relâchement des muscles de la gorge ;
- Certains médicaments, comme les somnifères, les relaxants musculaires ou les anxiolytiques ;
- Les fumeurs sont 2,5 fois plus susceptibles de souffrir d'apnées du sommeil que les non-fumeurs ;
- Le diabète de type 2 pour des raisons encore mal comprises, mais souvent en lien avec l'obésité.

Complications possibles

À long terme, si elle n'est pas traitée, l'apnée du sommeil a de nombreuses conséquences sur la santé :

- Maladies cardiovasculaires. Ex. : hypertension, accident vasculaire cérébral, infarctus du myocarde.
- Dépression. Le manque de sommeil, la fatigue, le besoin de faire des siestes et la somnolence sont associés aux apnées du sommeil. Ils diminuent la qualité de vie des personnes atteintes.
- Accidents. Le manque de sommeil induit par les apnées augmente le risque d'accident, en particulier d'accident du travail et de la route.

Quand consulter

- Vos ronflements sont sonores et perturbent le sommeil de votre conjoint ;
- Vous vous réveillez souvent la nuit en ayant l'impression de mal respirer ;
- Votre conjoint remarque des arrêts respiratoires pendant que vous dormez ;
- Vous vous sentez fatigué dès le matin et vous vous endormez fréquemment pendant la journée.

Nancy Bureau, infirmière CLSC
819-941-3007

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 

LE GLAUCOME



Le glaucome est une maladie de l'œil qui provoque une diminution irrémédiable du champ de vision. Il est la conséquence de dommages au nerf optique. C'est d'abord la vision périphérique qui est touchée. La personne qui en souffre peut devenir aveugle si elle ne reçoit aucun traitement. Le glaucome est d'ailleurs la 2^e cause de cécité dans le monde dans les pays les moins développés du monde, après la cataracte.

Le plus souvent, le glaucome est associé à la suite de l'élévation de la pression à l'intérieur de l'œil.

Un moins bon apport sanguin vers le nerf optique, causé par de l'athérosclérose dans les vaisseaux qui irriguent ce nerf, pourrait être en cause.

Glaucome à angle ouvert (80% à 90% des cas) :

- Sans symptômes durant 10 ans à 20 ans ;
- Puis, une vue périphérique embrouillée ;
- Parfois, des douleurs oculaires et des maux de tête ;
- La cécité, à un stade avancé.

Glaucome à angle fermé (plus rare) :

- Une douleur oculaire très forte ;
- Une vision soudainement floue ;
- La vision de halos colorés autour des sources lumineuses ;
- Le rougissement des yeux ;
- Des nausées et des vomissements.

Diagnostic

Voici les examens les plus couramment pratiqués :

- Test de tonométrie : Il s'agit du premier test généralement entrepris. Le tonomètre mesure la pression à l'intérieur de l'œil ;
- Mesure de l'épaisseur de la cornée ;
- Observation de l'œil : Des indices de dommages au nerf optique peuvent être observés à l'aide d'un appareil qui dirige une lumière dans l'œil ;
- Test du champ de vision : Pour évaluer l'étendue du champ visuel, on demande à la personne de fixer une cible au centre d'une sphère illuminée, puis un point lumineux apparaît à différents endroits du champ visuel.

Quand consulter ?

- Consulter d'urgence dès qu'on ressent une douleur importante à l'œil et qu'en même temps la vision baisse rapidement ;
- Consulter un médecin ophtalmologiste régulièrement pour prévenir toute affection oculaire ;
- Consulter un médecin pour tout problème associé au port de verres de contact.

Nancy Bureau,
Infirmière au CLSC de Beauport
819-941-3007

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 



Ulcère de la cornée

Qu'est-ce qu'un ulcère de la cornée?

Les ulcères de l'œil sont des ulcères de la cornée. Ils résultent d'une lésion avec perte de substance, ou ulcération, qui creuse plus ou moins profondément cette fine membrane transparente recouvrant la pupille et l'iris. L'inflammation sous-jacente peut être très douloureuse.

Causes

Un ulcère de la cornée peut apparaître suite à un traumatisme oculaire (une simple égratignure, une griffure de chat, une branche dans l'œil...), ou à une infection.

Différents agents microbiens sont susceptibles de causer des ulcérations de gravité variable.

La présence d'un corps étranger dans l'œil, le frottement d'un cil incarné ou la projection de produits chimiques sont aussi susceptibles d'engendrer une ulcération.

Facteurs de risques

Le port de lentilles de contact augmente le risque d'infection, surtout lorsque les règles d'usage et d'hygiène sont mal respectées : port prolongé au-delà de la durée prescrite, désinfection insuffisante... La contamination par des amibes en piscine peut être la cause d'ulcérations.

Les irritations dues à une sécheresse oculaire ou à défaut de fermeture de la paupière (notamment en cas de retournement de la paupière vers l'œil, ou entropion) peuvent aussi évoluer vers un ulcère cornéen.

Les activités qui exposent à des projections de produits corrosifs ou de particules, ou encore la soudure, sont d'autres facteurs de risque.

Diagnostic

Le diagnostic repose sur les examens réalisés par l'ophtalmologiste.

Les symptômes de l'ulcère de la cornée

Les symptômes sont d'autant plus importants que l'ulcère est profond. L'œil ulcéré est rouge et douloureux, la lésion provoquant aussi la sensation d'avoir un corps étranger dans l'œil.

- Une sensibilité excessive à la lumière, ou photophobie,
- Des larmoiements,
- Une altération de la vision avec baisse d'acuité visuelle,
- Dans les formes plus graves, une accumulation de pus derrière la cornée,
- Le traitement d'un ulcère cornéen aigu doit être entrepris le plus rapidement possible.

Nancy Bureau, infirmière
CLSC de Beaucanton : 819-941-3007

Centre Intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 

PRENDRE NOTE QUE L'INFIRMIÈRE SERA EN VACANCES DU 6 JUILLET AU 12 JUILLET ET DU 3 AOÛT AU 23 AOÛT. BON ÉTÉ À VOUS TOUS

NANCY

COMMUNIQUÉ DU RÉSEAU DE LA SANTÉ DES AURORES BORÉALES

À : **Tous les utilisateurs du service des laboratoires de l'Abitibi-Témiscamingue**

De : **Judith Laberge**

Coordonnatrice administrative des laboratoires Abitibi-Témiscamingue

Objet : **Prise de rendez-vous – Centre de prélèvements**

Par la présente, nous désirons vous aviser de la modification de notre offre de services dans les centres de prélèvements de la région. À partir du **22 juin 2020**, les activités des centres de prélèvements des milieux hospitaliers seront **accessibles sur rendez-vous**. La clientèle est invitée à se rendre sur le **site internet du Centre intégré de santé et des services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue (www.ciiss-at.gouv.qc.ca)** ou à **communiquer au centre de rendez-vous de sa localité**.

Effectuer des prélèvements sur rendez-vous permettra d'assurer un meilleur respect des mesures de sécurité en contexte avec la COVID-19, en facilitant une meilleure distanciation physique des usagers qui s'y présentent, tout en maintenant voir augmentant l'accès à nos services. Les heures d'ouverture de certains centres de prélèvements ont été prolongées.

Ville	Heures d'ouverture	No téléphone	No télécopieur
LA SARRE	7h30 à 12h 13h à 15h30	819-333-2311 Poste 2247	819-333-6297

Afin d'assurer le bon fonctionnement de la prise de rendez-vous pour la clientèle, nous aurons besoin de la collaboration de tous les acteurs impliqués dans la transmission de requêtes de laboratoire. Voici quelques informations importantes à prendre en considération :

- **L'utilisateur est responsable de la prise de son rendez-vous.** Veuillez prendre note que les agentes administratives ne feront aucun appel à la clientèle pour fixer des rendez-vous;
- Veuillez vous assurer que la requête soit adéquatement identifiée et complétée, afin d'éviter le refus d'un patient ou un délai dans le traitement de votre demande;
- Il est important de vérifier si des particularités sont applicables aux analyses prescrites. Le rendez-vous doit être choisi en fonction de celles-ci. Lorsqu'une consigne est applicable, elle est inscrite près du nom de l'analyse. **Nous vous invitons à donner cette information à l'utilisateur.**
- Services offerts à des journées particulières : HLA, caryotype ou chromosome, antirejet;
- Être à jeun; 8 ou 12 heures;
- Prélèvement à une heure déterminée; cortisol.
En cas de doute ou d'interrogation en lien avec une analyse, invitez l'utilisateur à communiquer avec le centre de rendez-vous de sa localité.
 - Remettre si possible une copie de la requête à l'utilisateur pour son information lorsqu'il prendra son rendez-vous;
 - Transmettre la requête au laboratoire par courrier interne, par courriel ou par télécopieur. Le laboratoire utilisera cette copie, et non celle de l'utilisateur. Ceci permet d'éviter la circulation du papier.

Comme il s'agit d'une nouvelle formule, nous demandons votre collaboration et indulgence pour la période de transition. Pour info 819-825-5858 poste 2269

Vous souhaitez évidemment protéger votre maison ou votre chalet contre le feu. Voici une foule d'informations et de conseils qui vous permettront de réduire les risques qu'un incendie ne détruise vos biens ou qu'un feu allumé sur votre propriété ne se propage à la forêt.

Interdiction de feux à ciel ouvert – Les foyers avec pare-étincelles sont permis.

Si vous possédez un foyer muni d'un pare-étincelles (avec ouvertures maximales de 1 cm par 1 cm), disposé sur un pavé ou sur un sol dégagé en terre battue ou en gravier, vous pouvez continuer à profiter de la chaleur d'un bon feu de foyer, et ce, même lors d'une interdiction de faire des feux à ciel ouvert.



Cependant, nous vous invitons à consulter votre municipalité. Cette dernière pourrait avoir une réglementation plus sévère qui aura préséance sur la réglementation du MFFP.

Voici ce qui est permis ou pas permis dans le cas d'une interdiction de feux à ciel ouvert.

INTERDICTION DE FEUX À CIEL OUVERT



FEUX DE CAMP



FEUX D'ARTIFICE



INSTRUMENTS PRODUISANT
DES FLAMMÈCHES



LANTERNES VOLANTES



INSTALLATIONS AVEC
PARE-ÉTINCELLES ET DISPOSÉES
SUR SOL DE TERRE BATTUE
OU DE GRAVIER SONT PERMISES



* Les foyers extérieurs au gaz propane ou à l'éthanol ne sont pas ciblés par l'interdiction des feux à ciel ouvert, car ils ne produisent pas d'étincelles

Toutes personnes qui contreviennent à cette interdiction peut-être passible d'une amende allant jusqu'à 5 000 \$.

LOCALITE DE VALCANTON

CALENDRIER DE LA CUEILLETTE DES ORDURES MENAGÈRES ET DES MATIÈRES RECYCLABLES 2020

- Collecte des ordures régulières - **débutant à 7 h**
- Collecte des matières recyclables - **débutant à 7 h**
- Ouverture du dépôt en tranchée - **8 h 30 à 16 h**

JANVIER						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

MARS						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

MAI						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUILLET						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

SEPTEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

NOVEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

FÉVRIER						
D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

AVRIL						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

JUIN						
D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AOÛT						
D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

OCTOBRE						
D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

DÉCEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



PREMIERS RÉPONDANTS

BEAUCANTON

- **Christian Bergeron, Beaucanton, 819 301-7715**
 - **Cellulaire conjointe 819 941-2649**
- **Érika Larouche, Beaucanton, 819 301-7121**
 - 819 301-2036**
 - Cellulaire 819 301-3066**

VAL-PARADIS

- **Jessy Bergeron, Val-Paradis, 819 301-6095**
- **Claudette Desgagnés, Val-Paradis 819 941-2119**
 - Cellulaire 819 339-8978**
- **Liliane Thibaudeau, Val-Paradis, 819 941-2028**
- **Gaétan Lavoie, Val-Paradis, 819-520-0878**
- **Épicerie G. Bergeron 819 941-2141**
- **Carrefour communautaire 819 941-2595**

VILLEBOIS

- **Jennifer Boucher, Villebois 819 941-2057**
- **Cellulaire 819 339-0889**
- **Travail 819 947-8291 # 121**
- **Claire Chabot, Villebois 819 941-6506**

Veillez noter que les défibrillateurs(DEA) sont à votre disposition:

Beaucanton : Patinoire et vestiaire à l'entrée du CLSC

Val-Paradis : Épicerie G. Bergeron et salle communautaire

Villebois: gymnase