

KIAMIKA



JOURNAL MUNICIPAL

MARS - AVRIL

2023

RECHERCHER LES PASTILLES !



INFORMATION
PAGES 3,8-12,19



À VENIR
PAGES 15,16



À CONSERVER
PAGES 6,7



RÉTROSPECTIVE
PAGE 17



**ACTIVITÉS/
LOISIRS**
PAGES 13,14,18



AVIS
PAGES 4,5



Services administratifs

COORDONNÉES

Municipalité de Kiamika
25, rue Principale
Kiamika (Québec) JoW 1Go
tél. : 819-585-3225
téléc. : 819-585-3992

Maire

Michel Dion
poste 8231
mairie@kiamika.ca

Directeur général

Marc-André Bergeron
poste 8221
dg@kiamika.ca

Secrétaire-réceptionniste

Manon Demers
poste 8225
info@kiamika.ca

Secrétaire-trésorière adjointe et service de comptabilité

Sophie Gauthier
poste 8229
adjointe@kiamika.ca

Inspecteur en bâtiments et en environnement

Tommy Millette
poste 8223
urbanisme@kiamika.ca

Responsable des loisirs et culture

Valérie Forget, poste 8232
Bibliothèque, poste 8224
loisirs@kiamika.ca

Chargé de projets

Daniel Brown
poste 8230
projets@kiamika.ca

Heures d'ouverture du bureau municipal

Lundi au jeudi
9h à 12h
13h à 16h

Vendredi
9h à 12h



Le printemps arrive tranquillement, les cabanes à sucre seront en pleine effervescence très prochainement. Profitons de l'occasion pour encourager nos entreprises locales en achetant quelques produits de chez nous et en leurs souhaitant une bonne saison des sucres!

Le conseil municipal travaille fort à déployer tous les projets prévus cette année. Les multiples comités municipaux font tout pour mettre en œuvre les différents plans d'action qui découlent des politiques municipales et des festivités du 125^e de la municipalité.

Comme lors des dernières années, la municipalité a mis en place des mécanismes de surveillance pour la crue printanière.

Souhaitons malgré tout, que nous n'ayons pas à intervenir et que nous puissions profiter d'un printemps clément. Advenant le cas où vous auriez besoin d'assistance, n'hésitez pas à communiquer avec la municipalité.

Michel Dion,

Maire



Nouvelle réglementation pour la location à court terme.

La loi 67 sur l'hébergement collaboratif qui entre en vigueur le 25 mars 2023 permettra la location à court terme (moins de 30 jours) dans toutes les résidences principales.

Les municipalités ont le pouvoir de réglementer et d'encadrer ce type de location. Les modifications qui seront apportées à la réglementation vous seront présentées dans les semaines qui viennent.

Vous aurez la possibilité de vous prononcer lors d'une consultation publique. Veuillez surveiller nos différentes plateformes de communication pour connaître les dates de la séance d'information.

Établissement de résidence principale (ERP) :

Établissement où est offert, au moyen d'une seule réservation, de l'hébergement dans la résidence principale de la personne physique qui l'exploite à une personne ou à un seul groupe de personnes liées, à la fois et n'incluant aucun repas servi sur place.

Conformément à la Loi sur l'hébergement touristique, la résidence principale est définie comme étant la résidence où une personne physique demeure de façon habituelle en y centralisant ses activités familiales et sociales et dont l'adresse correspond à celle qu'elle indique auprès de la plupart des ministères et organismes du gouvernement.

Si vous avez des interrogations sur ces sujets, n'hésitez pas à communiquer avec le service d'urbanisme de la municipalité.



**Soyez prêt à tout, prenez garde à l'eau!
Une inondation peut survenir en un instant. Prenez des mesures simples et rapides pour protéger votre maison dès aujourd'hui afin d'être prêt si une inondation se produit dans votre quartier.**

Les inondations sont la catastrophe naturelle la plus courante au Canada, touchant des milliers de personnes chaque année.

La crue du printemps arrive à grand pas.

Afin d'être prêt à toute éventualité, vous devez vous préparer. Comment?



**Protection du sous-sol
Assurez-vous que votre sous-sol reste sec en cas d'inondation**



**Trousses d'urgence
Sachez quoi préparer pour faire face à une situation d'urgence**

Pour plus d'information dirigez-vous vers:

<https://www.canada.ca/fr/campagne/prevention-inondation/preparez-maison.html>

MARS 2023



DIM LUN MAR MER JEU VEN SAM

			1	2	3	4 Bibliothèque 9h-13h
5	6	7 Viactive 9h45 Bibliothèque 12h30-15h30 Café-tricot 13h-16h	8 Bibliothèque 18h-20h	9 Viactive 9h45	10  Bingo 19h	11 Bibliothèque 9h-13h
12	13	14 Viactive 9h45 Bibliothèque 12h30-15h30 Café-tricot 13h-16h	15 Bibliothèque 18h-20h	16 Viactive 9h45	17	18 Bibliothèque 9h-13h
19	20 19h Séance du conseil	21 Viactive 9h45 Bibliothèque 12h30-15h30 Café-tricot 13h-16h	22 Bibliothèque 18h-20h	23 Viactive 9h45	24  	25 Bibliothèque 9h-13h
26	27	28 Viactive 9h45 Bibliothèque 12h30-15h30 Café-tricot 13h-16h	29 Bibliothèque 18h-20h	30 Viactive 9h45	31	



AVRIL 2023

DIM

LUN

MAR

MER

JEU

VEN

SAM

1

Bibliothèque
9h-13h

2

3

Viactive
9h45

Bibliothèque
12h30-15h30
Café-tricot
13h-16h

5

Bibliothèque
18h-20h

Viactive
9h45

6



7

8
Bibliothèque
9h-13h

9

10

Viactive
9h45

Bibliothèque
12h30-15h30
Café-tricot
13h-16h

12

Bibliothèque
18h-20h

13

Viactive
9h45

14

Bingo
19h

15

Bibliothèque
9h-13h

16

17

Viactive
9h45

Bibliothèque
12h30-15h30
Café-tricot
13h-16h

19

Bibliothèque
18h-20h

20

Viactive
9h45



21

22
Bibliothèque
9h-13h

23

24

Viactive
9h45

Bibliothèque
12h30-15h30
Café-tricot
13h-16h

26

Bibliothèque
18h-20h

27

Viactive
9h45

28

29
Bibliothèque
9h-13h

30

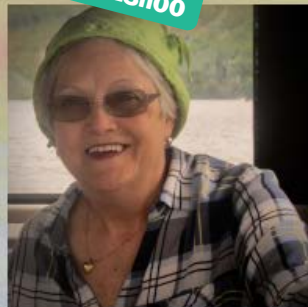
11 avril 19h : Séance du conseil



Nouveauté

Pour toujours... avec détours

Marie Paquette



Horaires de la bibliothèque
Mardi 12h30 à 15h30
Mercredi 18h00 à 20h00
Samedi 9h00 à 13h00



Clovis Duranceau, résident de Riche-Vallée, marié et père de deux enfants: Lou-Anne et Victor avait pourtant juré, au pied de l'autel, un amour éternel à sa belle Olivia. Il avait tenu sa promesse jusqu'au jour où la sensuelle Charmène tourbillonnant avec insistance autour de lui, lui fit totalement perdre la raison. Il s'abandonna dans ses bras sans pudeur jusqu'au jour où pris en flagrant délit, ses péripéties clandestines ne soient révélées à sa femme. Il s'enfuit, alors, dans la grande ville de Montréal faisant fi de tous ceux qu'il aime. Débute, alors pour lui, la grande évasion, faite d'oubli, de totale indifférence face au passé et de d'une liberté nouvelle enivrante. Choc brutal pour la cellule familiale qui s'effondre radicalement. Comment chaque membre réagira-t-il Olivia, la femme trompée et déçue? Lou-Anne, l'adolescente révoltée? Victor, l'enfant sensible au bonheur facile? Jusqu'où ira l'inconscience de Clovis? Combien de détours devra-t-il faire pour arriver à la route pavée, droite et unie?

Une saga familiale qui démontre qu'après mille détours éprouvants, on peut arriver à la voie qui mène à la paix, à l'amour et la joie de vivre... Je partage avec vous tous cet espoir! Bonne lecture!... Marie Paquette, auteure...

Biographie de Marie Paquette

Native de Nominiguingue, village touristique des Hautes-Laurentides, elle se faufile au troisième rang d'une famille de sept enfants. Elle a poursuivi des études à L'École Normale de Mont-Laurier puis à l'UQAH où elle a obtenu un baccalauréat en enseignement préscolaire et élémentaire. Elle a oeuvré durant plus de trente ans auprès des enfants de Nominiguingue et de Ville de Rivière Rouge. Elle est retraitée de l'enseignement depuis 1997. Entre ses nombreux voyages, elle s'adonne à la peinture dans le cadre enchanteur de Mont-Blanc, où elle demeure depuis plus de quarante ans avec l'homme de sa vie. Ensemble, ils sont riches de huit enfants, de quatorze petits enfants ainsi que de sept arrière-petits-enfants.

Nous avons besoin de votre participation!

1. Parents

Nous voulons connaître vos besoins et vos enjeux en tant que parents.

2. Grands-parents

Nous voulons apprendre de votre expérience et connaître votre vision de la famille.

3. Adolescents

Nous avons besoin d'avoir votre point de vue sur vos besoins et désirs.

Mise à jour de la politique familiale

Printemps 2023



Pourquoi votre participation?

Pour collaborer avec nous!

Nous joindre!

☎ 819-585-3225 * 8232

👤 Valérie Forget

✉ loisirs@kiamika.ca

Pour mettre en place un **comité de pilotage** (groupe de discussion) qui nous permettra de procéder à la mise à jour de la Politique familiale.

Pour se faire nous avons besoin d'un échantillon de la famille kiamikoise.

Quelles sont les options de transport collectif qui s'offrent à vous ?



TACAL

Transport adapté et collectif
d'Antoine-Labelle

Contactez-nous:

819 623-5565

Sans frais 855 623-5565

tacal.ca

info@tacal.ca

Pas de transport en soirée, les fins de semaine et les jours fériés

Sur réservation *

24 h à l'avance,
pendant les heures
de bureau

avec un peu plus de
souplesse pour le taxibus

Contactez-nous
pour connaître le
point de vente le
plus près de chez
vous!

Suivez les étapes

1

Choisissez votre
transport

2

Réservez votre
passage auprès
du TACAL

3

Achetez vos
billets



Places en transport
scolaire

Dans les 17 municipalités de
la MRC Antoine-Labelle

Selon les places disponibles
dans le transport scolaire

Inscription au TACAL

Vérification des antécédents
judiciaires

3,50 \$

Suivez les étapes 123

J'arrive!

Projeté par Société de la région de la Capitale-Nationale

Covoiturage J'arrive
Laurentides

Sur le territoire de 5 MRC:

Antoine-Labelle/Des Laurentides
Rivière-du-Nord/Argenteuil/
Pays-d'en-Haut

Plateforme de Covoiturage
sans frais d'inscription

Coûts minimes pour les
passagers et incitatifs
financiers pour les conducteurs

<https://jarrivelaurentides.ca>



Le transport bénévole pour raison de santé est aussi disponible, pour vous rendre à vos rendez-vous médicaux à Mont-Laurier ou dans les centres de santé à l'extérieur.

Les tarifs varient en fonction du kilométrage parcouru et des frais remboursables au bénévole (ex.: repas ou stationnement).

Le service est offert selon la disponibilité des bénévoles, ne tardez pas à réserver votre transport.

<https://jarrivelaurentides.ca/>



Le covoiturage est plus que jamais d'actualité!



Pour maximiser vos opportunités de jumelage en covoiturage, vous pouvez maintenant sélectionner l'un des stationnements incitatifs de la région le plus près de chez vous comme point d'origine ou de destination !

Pour découvrir les emplacements :

<https://crelaurentides.org/stationnements-incitatifs-laurentides/>

Allez visiter:
jarrivelaurentides.ca

Fait intéressant!

Vous avez le choix en tant que conducteur de refuser ou d'accepter une demande de covoiturage.

Points positifs

- Faible coût pour le passager
0 - 50 km = 3.50\$
- Le conducteur qui offre le transport reçoit un remboursement variant entre 5,00 \$ et 26,70 \$ par trajet par passager transporté, selon la distance parcourue en covoiturage, avec un passager à bord.
- Confidentialité.
Toute transaction monétaire ou discussion entre le conducteur ou le passager se fait par l'application.

MRC D'ANTOINE-LABELLE
trajet type d'une semaine aller-retour
(lundi au vendredi)

MONT-LAURIER **KIAMIKA**

19 km	110 \$	35 \$
distance parcourue	remboursement conducteur	prix passager

Bien manger, C'EST TON DROIT.



La Table de concertation en
SÉCURITÉ ALIMENTAIRE
de la MRC d'Antoine-Labelle

Informe-toi!

1-844-623-6604

819-587-4189

«JE N'AI PAS D'AUTO POUR
ACCÉDER À L'AIDE
ALIMENTAIRE.»

SAVAIS-TU QUE

Le service d'aide alimentaire est disponible pour
toutes les municipalités de la MRC d'Antoine-Labelle.

Connais-tu le point de service
de ta municipalité?

TU MANGES DES RAMENS À
LONGUEUR DE SEMAINE?



«L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE,
ÇA NE ME CONCERNE PAS.»

SAVAIS-TU QUE

l'insécurité alimentaire touche 17.4%
de la population d'Antoine-Labelle?

PEU IMPORTE TON ÂGE, TON
GENRE OU TON STYLE DE VIE,
ÇA PEUT TE TOUCHER, À UN
MOMENT OU UN AUTRE.

«ÇA CONTIENT QUOI UN
PANIER D'AIDE ALIMENTAIRE?»

- ✓ Épicerie contenant **tous les groupes alimentaires**;
- ✓ Occasionnellement des **produits d'hygiène**
et de la **nourriture pour animaux**;
- ✓ Du **contenu adapté** à la situation familiale;
- ✓ Valeur moyenne de 90\$ à 150\$ par panier;
- ✓ Coût pour le transport des denrées



Café Tricot

Les mardis de 13h à 16h

**Venez papoter et tricoter!
Pas besoin d'être une
experte pour avoir du
plaisir et s'entraider.**

**Activité gratuite,
apportez votre matériel.**

**Lieu : Bibliothèque de
Kiamika.**

**Pour plus d'information,
contactez :**

**Lise Constantineau
au 819-585-2543**

AU MENU

Café	0,00\$
Rire et bonne humeur	0,00\$
Partage de patron	0,00\$
Partage d'idées et projets	0,00\$
Entraide	0,00\$

BINGO!

Quand:
chaque 2e vendredi du mois à 19h

Où:
salle municipale de Kiamika
(4 chemin Valiquette).

***Soirée réservée aux personnes
de 18 ans et plus.**

Dates à venir:

14 avril 2023

12 mai 2023

9 juin 2023



Il est possible de se joindre au groupe
même si la session est débutée

COURS DE ZUMBA

TOUS LES **MARDIS** À **18H**
À LA SALLE MUNICIPALE DE KIAMIKA.

POUR INSCRIPTION CONTACTEZ :
CAROLINE GRENIER 819-585-3120



**Programme d'activités physiques
pour les personnes de
50 ans et plus.**

**Tous sont invités à venir,
il reste de la place.**

Pour les nouveaux, l'inscription se fait sur
place le mardi et jeudi
à 9:45 au 3 chemin Valiquette.

**Pour plus d'information, contactez
Daniel au 819-585-2275.**





Soyez prêt!

Pour plus
d'informations
communiquez
avec Marcel :
514-923-2981

**LES
RETRouvAILLES**

17 juin 2023

LORS DU FESTIVAL D'ÉTÉ,
UN TOURNOI DE BALLE-MOLLE AURA LIEU.

NOUS CHERCHONS À RÉUNIR LES JOUEURS ET JOUEUSES
Les 75 ième ET **Les Aigles**
POUR UN TOURNOI AMICAL AVEC LA COMMUNAUTÉ.

**SCUPER
HOMARD**

Venez danser avec DJ MB

**26 MAI 2023
À 18H**

Deux options de billet: 2 Homards ou 1 Steak d'entrecôte

Table d'hôte comprenant:

Chaudrée de Palourdes, 2 Homards ou 1 steak d'entrecôte et les accompagnements. Thé, café et dessert inclus.

Service de bar sur place.

Faites vite les places sont limitées.

Billets en vente au coût de 50.00 \$

Pour réserver: Caroline Grenier 819-585-3120

Les machines agricoles antiques seront de retour au festival des voitures anciennes le 13 août 2023

**Venez assister
aux
démonstrations !**

**Pour toutes personnes
désirant exposer, veuillez
nous contacter.**

**Pour nous joindre:
819-585-3225 *8232
loisirs@kiamika.ca**

Fête des récoltes & artisans de Kiamika

23 sept. 2023

**Pour tous ceux
désirant
exposer lors de
cette journée,
communiquez
avec nous dès
que possible.**

**Invitation
aux
producteurs et
artisans
locaux !**

LE CARNAVAL D'HIVER DE KIAMIKA



Le Carnaval de Kiamika fut encore un succès !

Merci

aux équipes qui ont bravé le froid pour le tournoi ,
à plus de 150 personnes qui sont venues passer la soirée au souper spaghetti,
à tous les gens qui ont participé à une activité, ou qui sont venus nous saluer,
à tous les bénévoles qui se sont greffés au Comité organisateur,
et à tous nos commanditaires, et un salut particulier au présentateur de
l'événement, la Boucherie Nordest et aux présentateurs du 125e soit la
Microbrasserie du Lièvre, l'Érablière des ponts couverts et Filion entrepreneur
forestier.

Bravo

au Comité organisateur qui a dû prendre de lourdes décisions la
veille de l'événement mais, qui a vu juste et qui a permis de créer un super
événement. Merci pour votre formidable implication !

L'organisation d'une activité telle que le Carnaval représente tout un casse-
tête, les gens du Comité peuvent en témoigner. Cependant, lorsque la
réponse est de l'ampleur de celle constatée, tous les soucis sont oubliés.
Merci encore pour votre participation !

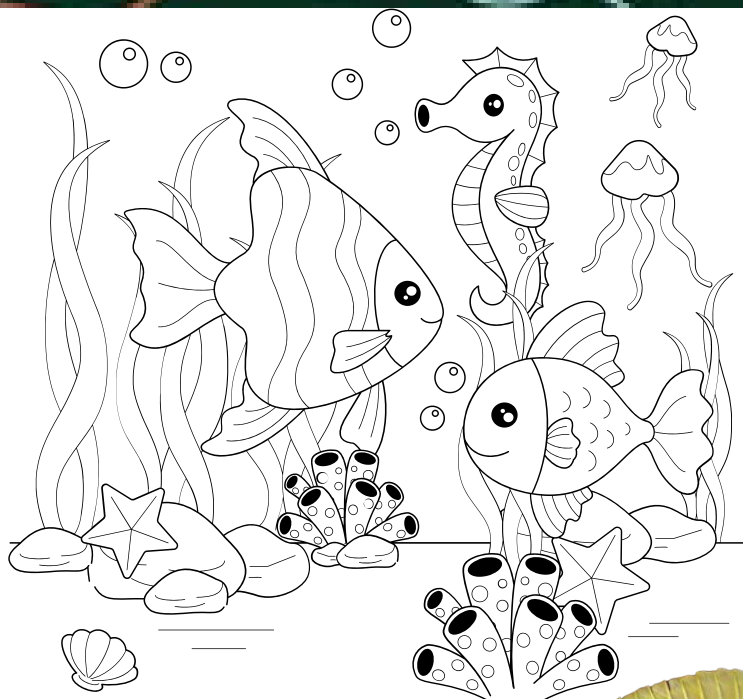
Félicitations

aux gagnants du tournoi de Crible
1er : Martin Perreault
2 ième: Denis Paquette
3ième: Bernadette Dufresne

et à l'équipe gagante du tournoi de Pitoune
Les St-Jean



On se revoit cet été !



ÇA BOUGE DANS L'AQUARIUM

DE LA MUNICIPALITÉ

En plus des naissances de Julidochromis, nous avons eu la chance d'être témoin d'une ponte d'Altolamprologus Compressiceps.

Les alevins ont été recueillis et mis dans une pouponnière accrochée à même l'aquarium.

La naissance d'Altolamprologus Compressiceps est un événement à souligner en soi, jumelé au fait de la provenance particulière de ces poissons. La municipalité a la chance d'avoir réussi à reproduire une espèce extrêmement rare.

Ces successions de naissance expliquent pourquoi l'aquarium est un peu plus laissé à elle-même. Les parents ont besoin de calme et les alevins des micro-algues pour se nourrir dans les premiers stades de leur vie.





Être en bonne santé !

Qu'est-ce qu'être en bonne santé?

L'organisation Mondiale de la Santé (OMS) en donne une définition qui n'a pas changé depuis 1946:

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité »

C'est plus un objectif à atteindre, qu'un état absolu.

Comment y parvenir?

Bien manger est un élément clé pour maintenir une bonne santé physique et psychologique. Mais bien manger, qu'est-ce que ça veut dire exactement?

Cela concerne pas seulement ce que nous consommons en termes de quantité et de qualité des aliments. Bien manger, ça concerne le « *quoi manger* », mais aussi le « *comment manger* ».

C'est donc aussi une question d'entretenir une saine relation avec la nourriture.

Avoir une saine relation avec la nourriture, c'est être curieux.se face à la nourriture, apprécier une variété d'aliments et c'est se tenir loin de l'obsession des calories. C'est se reconnecter avec son corps et apprécier les vagues quotidiennes de la faim et de la satiété. C'est pouvoir passer quelques heures d'affilée le jour sans avoir faim et sans penser à la nourriture, puis accueillir le retour de la faim et éprouver du plaisir à manger pour satisfaire ce besoin. C'est être attentif.ve à son corps de sorte à être capable d'arrêter de manger quand le corps signale qu'il est rassasié.

En d'autres mots, on n'a pas le sentiment que la nourriture est la seule véritable source de plaisir et de satisfaction dans notre vie.

Partager un repas avec des gens qu'on aime, n'est-ce pas la manière idéale de satisfaire à la fois nos besoins alimentaires et affectifs?

Portez-vous bien!

**Municipalité de Kiamika,
25, rue Principale
Kiamika (Québec) J0W 1G0
tél.: 819-585-3225
téléc.: 819-585-3992**

***Heures d'ouverture
du bureau municipal***

***Lundi au jeudi
9h à 12h
13h à 16h***

***Vendredi
9h à 12h***

Les séances du conseil municipal 2023 se tiendront à 19h les:

- 20 Mars
- 11 Avril
- 8 Mai
- 12 Juin
- 10 juillet
- 14 Août
- 11 Septembre
- 10 Octobre
- 13 Novembre
- 11 Décembre



***L'Autre*
LAURENTIDES**