



JOURNAL MUNICIPAL

MAI - JUIN

2025



KIAMIKA



SUIVEZ NOTRE PAGE FACEBOOK
MUNICIPALITÉ DE KIAMIKA

SERVICES ADMINISTRATIFS

COORDONNÉES

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

Maire

Michel Dion
poste 8231
mairie@kiamika.ca
819-440-5599 cell.

Secrétaire-trésorière adjointe et service de comptabilité

Sophie Gauthier
poste 8229
adjointe@kiamika.ca

Directeur général

Marc-André Bergeron
poste 8221
dg@kiamika.ca

Inspecteur en bâtiments et en environnement

Tommy Millette
poste 8223
urbanisme@kiamika.ca

Adjointe administrative

Manon Demers
poste 8225
info@kiamika.ca

Chargée de projets-loisirs et culture

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

MOT DU MAIRE

Bonjour,

La plupart d'entre vous ont sûrement vu passer ou entendu parler que le ponceau remplacé l'an passé sur le chemin Chapleau s'est affaissé le 21 avril. Pas besoin de vous mentionner qu'on s'en serait bien passé !

Nous devons cependant regarder les faits et réagir. Nous regardons les différentes options qui s'offrent à nous tout en tentant d'identifier la problématique. Nous souhaitons évidemment réparer le tout définitivement, mais si cette option s'annonce trop longue, nous étudions parallèlement les plans B qui pourraient permettre de rouvrir le chemin le plus rapidement possible. Cela dit, le plan temporaire choisi sera sécuritaire et aura reçu l'approbation des experts.

Sur un autre ordre d'idée, la Municipalité est en attente de réponse pour deux demandes de subvention pour améliorer et bonifier ses infrastructures et nous avons reçu la confirmation que les montants annoncés pour le programme TECQ (Programme de la taxe sur l'essence et de la contribution du Québec) étaient bonifiés pour potentiellement atteindre la somme de 814 200\$. Le ventilé des sommes du programme TECQ est le suivant; soit 672 000\$ de base avec une bonification de 10% si la Municipalité souscrit au Programme de gestions des actifs en eau (PGA-EAU), ce qui a été fait par résolution, et une aide additionnelle de 75 000\$ pour financer des travaux d'infrastructure à vocation municipale, culturelle, communautaire, sportive, loisirs, etc. La Municipalité a jusqu'en 2028 pour dépenser ces sommes. Une programmation détaillée doit être déposée préalablement à la réalisation des travaux.

En terminant, enfin l'hiver laisse sa place au printemps. Profitez du soleil qui s'installe tranquillement, cette année est une année d'évaluation des Fleurons du Québec nous vous invitons à aménager vos propriétés afin de participer à l'embellissement de notre municipalité.

Michel Dion, Maire



TOP 10

DES ROMANS À LIRE OU À RELIRE

policiers

Le poète de Michael Connelly

1



Dernier Adieux de Lisa Gardner

2

À même la peau de Lisa Gardner

3



Le Manège des erreurs de Andréa Camilleri

4

Shutter Island de Dennis Lehane

5



Le crime de l'Orient-express d'Agatha Christies

6

Miséricorde de Jussi Aller Olsen

7



Surface d' Olivier Norek

8

La Chorale du Diable de Martin Michaud

9



L'outsider de Stephen King

10

Tous disponibles à la bibliothèque





DONS DE LIVRES

Horaire de la bibliothèque

Mardi 12h30 à 15h30

Mercredi 18h00 à 20h00

Samedi 9h00 à 13h00

819-585-3225 poste 8224

loisirs@kiamika.ca

DONS DE LIVRES

POUR LIBÉRER NOS ESPACES

POUR UN MOIS SEULEMENT

DÈS LE 1 JUILLET ET PREND FIN LE 29 JUILLET

1

Lieu: Rez-de-chaussée du bâtiment de la bibliothèque au 3 ch. Valiquette, Kiamika.

2

Quand: • les mardis de 12h30 à 15h30
• les mercredis de 18h à 20h
• et les samedis de 9h à 13h

3

ADOpte UN LIVRE!

Une pluie de livres t'attends!

Viens fouiller et repartir avec un ou plusieurs trésors littéraires... gratuits! Donnés par la municipalité, ces livres cherchent une nouvelle maison - la tienne peut-être?

Donc, nous avons décidé de créer un coin éphémère pour faire dons de plusieurs livres et ainsi donner au suivant.

MAI

LU	MA	ME	JE	VE	SA	DI	
			1		2	3	4
5	6	7	8	19H	9	10	11
12	13	14	15	Souper homards	16	17	18
Bureau municipal fermé	19	20	21	Collecte RDD 8h-17h			Collecte d'encombrants
26	27	28	29		30	31	

JUIN



LU	MA	ME	JE	VE	SA	DI	
						1	
2	3	4	5		6	7	8
9	10	11	12	19H	13	14	15
16	17	18	19		20	21	22
23	24	25	26		27	28	29
30							

AIDE MÉMOIRE



DESCRIPTIONS
1064, rue Industrielle
Mont-Laurier (Québec) J9L 3V6
Téléphone (819) 623-7382
Courriel : info@idl.ca

Description des collectes

LÉGENDE DU CALENDRIER	MATIÈRES ACCEPTÉES	MATIÈRES REFUSÉES	COMMENT EN DISPOSER
 Bac bleu (matières recyclables)	<ul style="list-style-type: none"> • Conteneurs • Emballages • Imprimés 	<ul style="list-style-type: none"> • Les sacs opaques • Les pneus • Les matières résiduelles • Les matières organiques • Les liquides • Les produits dangereux • Les bombones de propane • Les piles <p>❖ Aucun sac avec des matières recyclables à l'intérieur</p>	En vrac dans le bac bleu et selon les exigences de :  www.bacimpact.ca
 Bac brun (matières organiques)	<ul style="list-style-type: none"> • Herbe • Gazon • Branches • Résidus de potager et de fleurs • Nourriture • Café et thé (grains, sachets et filtres) • Écailles de noix • Pain, pâtes et pâtisseries • Fromages fermes • Viandes et poissons cuits (avec les os et les arêtes) • Assiettes, palettes et verres de carton souillés • Cartons souillés d'aliments • Serviettes de table • Cendres froides • Cheveux 	<ul style="list-style-type: none"> • Les sacs de plastique transparents ou opaques (conventionnel, oxodégradables, biodégradable ou compostable) • Les résidus de débrutage • Les résidus ultimes • Les matières recyclables • Les liquides • Les produits dangereux • Les bombones de propane 	Dans des sacs de papier brun (peu importe le format et la couleur) OU Dans des papillotes de papier journal Ou Dans des boîtes de petits formats
 Bac noir (résidus ultimes)	<ul style="list-style-type: none"> • Papiers mouchoirs et hygiéniques • Papiers multicouches • Vitres (de fenêtre) • Mirrors • Jouets • Porcelaine et céramique • Bois d'aménagement • Palettes en plastique • Quenilles et linges ne pouvant pas être portés 	<ul style="list-style-type: none"> • Les matières recyclables • Les matières organiques • Les liquides • Les produits dangereux • Les bombones de propane 	Dans des sacs à poubelle OU En vrac
 Encombrants	<ul style="list-style-type: none"> • Cuisinières • Laveuses à vaisselle • Vieux réfrigérateurs • Chauffe-eau • Bains et douches • Évier et lavabo • Toilette • Bois de construction 	<ul style="list-style-type: none"> • Les matières recyclables • Les matières organiques et résidus verts • Les résidus ultimes • Les sacs de plastique opaques de toutes les couleurs • Béton, asphalte et ciment • Bardeau • Gypse 	Les encombrants doivent être disposés en bordure de route le dimanche avant la semaine de collecte prévue <u>Quantité permise</u> 3 m ³ maximum Matériaux de construction : 1 m ³ (doit être reculé dans le 3 m ³ total) Dimensions maximales permises par objet 180 cm X 140 cm X 150 cm (72 pouces X 56 pouces X 60 pouces)

25 mai

oui

non

COLLECTE DES RÉSIDUS DOMESTIQUES DANGEREUX (RDD)

La collecte des Résidus Domestiques Dangereux (RDD) se tiendra le jeudi le **22 mai de 8h00 à 17h00**.

L'endroit pour déposer vos RDD est situé directement **derrière la salle municipale**, au 4 chemin Valiquette.

ÉTÉ 2025

CAMP DE JOUR

Kiamika

Pour les enfants de 5 à 11 ans

Picque-nique - Jeux extérieur - Lecture

 Débute le 25 juin 2025

 Du lundi au vendredi
De 8 h à 17h

 Patinoire de Kiamika,
3 ch. Valiquette.

INSCRIPTION EN COURS

 comitedesloisirskiamika@hotmail.com

 Caroline 819 623-0221



**Coût:
415\$ / enfant**



**Jujube et Coconut
vous attendent!**



Annonce importante

Nous sommes très heureux de vous annoncer un projet qui nous tient particulièrement à cœur à la municipalité de Kiamika !

Grâce à une subvention de 23 500 \$ obtenue dans le cadre du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés, nous pourrons concrétiser une idée précieuse : la création d'ateliers de cuisine communautaire à notre salle municipale.



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

L'objectif de ce projet est simple et essentiel : briser l'isolement, favoriser l'inclusion et soutenir les membres de notre communauté, notamment en permettant aux participants de cuisiner ensemble, d'échanger des recettes et de repartir avec des plats maison. Ce projet vise aussi à encourager la saine gestion du budget alimentaire et à lutter contre le gaspillage.

Pour le réaliser, nous devons d'abord équiper notre salle communautaire d'une cuisine fonctionnelle et adéquate. Grâce au financement du Programme Nouveaux Horizons, nous pourrons acquérir de nouveaux électroménagers et aménager l'espace pour qu'il soit sécuritaire, pratique et accueillant pour tous.

**Supervisés et animés par des bénévoles, nous avons hâte de vous accueillir dès cet automne pour nos premiers ateliers de cuisine communautaire !
Plus de détails suivront bientôt.**

Ensemble, cultivons la solidarité à Kiamika !



Atelier de
Cuisine
communautaire

KIAMIKA





LANCEMENT DU BALADO MÉMOIRE FAMILIALE

Mont-Laurier, le 24 avril 2025 – La MRC d'Antoine-Labelle (MRCAL) lance son projet de série balado Mémoire familiale avec lequel elle souhaite faire découvrir son histoire, son patrimoine ainsi que son identité par la mémoire de huit (8) individus. Destiné à tous les curieux et curieuses, le projet présente des histoires de familles et de municipalités du territoire.

Ayant pour objectifs de mener des projets éducatifs et de sensibilisation au patrimoine, la MRCAL s'est d'abord lancée, à l'été 2024, dans la récolte d'un échantillon de personnages issus de familles ayant marqué la région et l'histoire de celle-ci. Ainsi, la MRCAL est parvenue à récolter des souvenirs liés à l'identité territoriale.

Étant une ressource pouvant s'étioler, la MRCAL veut préserver une partie de la mémoire de sa population. Ainsi, elle a fait appel aux services de la firme l'Assembleuse pour la réalisation d'entrevues auprès des huit personnes ayant des souvenirs à partager. De plus, la MRC a pu compter sur la grande collaboration de la Société d'histoire et de généalogie des Hautes-Laurentides (SHGHL) qui a occupé un rôle de service-conseil, en plus de transmettre des compléments d'information accompagnant tous les épisodes du balado.

Les épisodes

À travers les huit épisodes, les auditeurs seront transportés dans l'histoire de plusieurs municipalités où l'on parlera de la rivière du Lièvre, de colonisation, du mont Daniel, d'histoire d'amour, d'électrification et plus encore.

À compter du jeudi 24 avril 2025, un nouvel épisode sera disponible à chaque jeudi. La série restera disponible intégralement par la suite. Le balado Mémoire familiale sera disponible sur Balado Québec, Spotify et au www.cultureantoinelabelle.ca.

« C'est une fierté pour la MRC de participer à la transmission de la mémoire des familles qui ont contribué au développement de notre territoire. La richesse du territoire réside à travers les communautés et nous souhaitons la mettre en valeur. », souligne Daniel Bourdon, préfet de la MRC d'Antoine-Labelle et maire de la Ville de Mont-Laurier.

La firme l'Assembleuse

Née de la volonté de faire vivre les souvenirs de famille, l'Assembleuse croit en chaque histoire, grande ou petite, et a pour mission d'offrir de l'accompagnement dans la préservation et le partage de souvenirs. La firme peut immortaliser des moments marquants, partager la sagesse des expériences, célébrer le parcours de personnes ou encore perpétuer la mémoire familiale. L'Assembleuse offre des moyens de figer les souvenirs dans l'éternité de manière authentique et durable.

Cette série balado est réalisée grâce au soutien financier du gouvernement du Québec et de la MRC d'Antoine-Labelle dans le cadre de l'Entente de développement culturel (EDC) 2024.

Pour plus d'information sur le projet, communiquez avec Mme Anne-Marie Wauthy, agente de développement en patrimoine de la MRCAL, par courriel à a.wauthy@mrc-antoine-labelle.qc.ca ou par téléphone au 819 623-3485, poste 131.



DISTRIBUTION D'ARBRES

23 et 24 mai 2025

Quand:
Vendredi 23 mai de 10h à 16h
Samedi 24 mai de 10h à 13h
Lieu:
stationnement
du bureau municipal
(25, rue Principale)

3
ARBRES PAR
RÉSIDENTS

MAI mois
de l'arbre
et des forêts

15^e ÉDITION

EXPO

VOITURES ANCIENNES & MACHINERIES AGRICOLES DE KIAMIKA

ACCOMPAGNÉE D'UNE MINI EXPO DE VOITURES DE LUXE RÉCENTES

SAMEDI 16 AOÛT 2025

Expo
Voitures
de Luxe

PRÉINSCRIPTION
OBLIGATOIRE
PAR COURRIEL

loisirs@kiamika.ca

PLACES LIMITÉES

DE 9H30 À 16H30

*Beau temps, mauvais temps,
nous vous attendons en grand nombre!*

Au parc Ubald-Prévost, 4 ch. Valiquette à Kiamika
Infos: loisirs@kiamika.ca / 819-585-3225 poste 8232

ENTRÉE
GRATUITE

ÉDITION 2025

LA FÊTE DES RÉCOLTES ET ARTISANS DE KIAMIKA

RESTEZ À L'AFFÛT!

Samedi 13 septembre



CONSEILS DE PRÉVENTION ET DE SÉCURITÉ INCENDIE

PRÉVENIR LES FEUX DE FORÊT ÉVITONS LES FEUX ÉVITABLES



L'activité humaine est la cause de la majorité des feux de forêt.

Chaque année, **80 %** des incendies de forêt sont causés par l'activité humaine. Découvrez une des principales causes de feux, et comment de simples petits gestes peuvent avoir un grand impact.

Brûlage de rebuts

Chaque année, **environ 75 incendies de forêt sont causés accidentellement par le brûlage de rebuts.**

Le brûlage de rebuts est une des principales causes de feux de forêt. Voici les conseils d'experts de la SOPFEU pour éviter de causer un feu de forêt en faisant un brûlage de rebuts.

Les flammes peuvent rapidement se propager aux zones boisées et causer des incendies de grande envergure. Les conséquences peuvent être désastreuses, tant pour les écosystèmes naturels que pour les communautés avoisinantes.



Utilisez les alternatives écologiques

Il existe d'autres alternatives écologiques et sécuritaires pour disposer des rebuts :

- Compostage
- Collecte des résidus verts
- Écocentre



Consultez le niveau du danger d'incendie et les restrictions en vigueur.

Si aucune des solutions alternatives n'est possible, il est impératif de prendre certaines précautions avant de faire un brûlage de rebuts.

D'abord, il est essentiel de vérifier si des restrictions sont en vigueur.



Préparez votre feu de façon sécuritaire

Un feu de brûlage de rebuts doit être allumé seulement dans un **endroit bien dégagé et à l'abri du vent.**

Il doit être installé sur un **sol non combustible**, en veillant à retirer toute matière inflammable à proximité.

La taille du feu ne doit pas dépasser un **mètre par un mètre** afin de mieux le contrôler.

Doit être **surveillé en tout temps**. Avoir à portée de main de l'eau, du sable ou de la terre pour l'éteindre rapidement en cas d'urgence.

Une fois l'activité terminée, il faut **arroser abondamment le feu.**

Pour éviter tout risque, **il faut également remuer les braises et ajouter de l'eau au besoin.** Un feu mal éteint peut se rallumer plusieurs heures après le départ, notamment sous l'effet du vent.



Rappel

IMPORTANT

Permis



Qu'il s'agisse d'un projet de construction d'une résidence, d'agrandissement d'un garage, de rénovation de toiture, d'installation d'une roulotte ou encore de creusage d'un puits artésien, vous devez faire une demande de permis ou de certificat d'autorisation auprès de la municipalité, et ce, avant de commencer les travaux.

Abri d'auto (Tempo)



Un seul abri d'auto amovible peut demeurer en permanence sur un terrain résidentiel, à condition de respecter les marges de recul minimales prévues pour les bâtiments accessoires. De plus, cet abri d'auto ne peut être situé dans la cour avant. Tout abri amovible qui empiète sur une marge de recul ou sur la cour avant ou tout abri amovible supplémentaire doit être démonté entre le 15 mai et le 15 octobre de chaque année.

Chiens



Les chiens doivent toujours être maintenus **en laisse dans les lieux publics**. Ils ne doivent pas pouvoir quitter le terrain des propriétaires sans être accompagnés. Si vous êtes déjà propriétaire d'un chien, **vous devez l'enregistrer**. Des frais de 10 \$ sont exigés. Cet enregistrement s'effectue auprès de votre municipalité. Votre chien doit porter en tout temps la médaille que la municipalité vous aura remise lors de l'enregistrement.

Vidange de fosse



Nous vous rappelons que toute fosse septique, construite sur place ou préfabriquée, doit être vidangée conformément à l'article 13 du règlement Q-2, r.22 sur l'évacuation et le traitement des eaux usées des résidences isolées. Ainsi, dans le cas d'une utilisation saisonnière, la vidange doit être réalisée au moins une fois tous les quatre (4) ans et dans le cas d'une utilisation permanente (à longueur d'année), la vidange doit être réalisée au moins une fois tous les deux (2) ans. Une facture de la vidange doit être remise à la Municipalité.

Interdiction de mise à l'eau



Le fait de mettre à l'eau ou de permettre la mise à l'eau d'une embarcation, sans préalablement l'avoir lavée à un poste de lavage, est interdit. (R-311)

ASSOCIATION DES PROPRIÉTAIRES DU LAC FRANÇOIS



CAMPAGNE DE FINANCEMENT DE L'APLF

Juin sonne le début de la campagne de financement de l'Association des Propriétaires du Lac François pour l'année 2025-2026.

A quoi sert le financement :

- L'ensemencement de dorés (alevins).
- Mise en place de projets divers tel que la revitalisation des berges, le nettoyage des frayères à doré et surveillance de la présence d'espèces envahissantes.
- Représentation auprès de divers comités environnementaux, municipaux et gouvernementaux afin de les sensibiliser aux différentes causes et projets du lac, tel que le contrôle des outardes (bernaches) et collaborer avec ces mêmes instances afin d'améliorer la qualité de vie des membres.
- Transmettre l'information sur les règlements nautiques de notre lac aux nouveaux arrivants et invités.

Un des membres du comité passera dans les prochaines semaines chez vous pour le renouvellement de la carte de membres pour l'année 2025-2026. Le paiement de 30\$ pour le renouvellement peut se faire par argent comptant ou par virement automatisé. Virement aplacfrancois@gmail.com aucun mot de passe. Si vous faites un virement sans la présence d'un membre, n'oubliez pas d'indiquer votre nom ainsi que l'adresse de votre résidence dans les notes lors du virement. Nous irons vous porter votre carte de membre.

AGA (Assemblée Générale Annuelle de l'APLF)

L'AGA se tiendra à la fin d'août, nous vous reviendrons avec la date précise. Cette année est une année d'élection. Il est important que vous soyez présent en grand nombre.

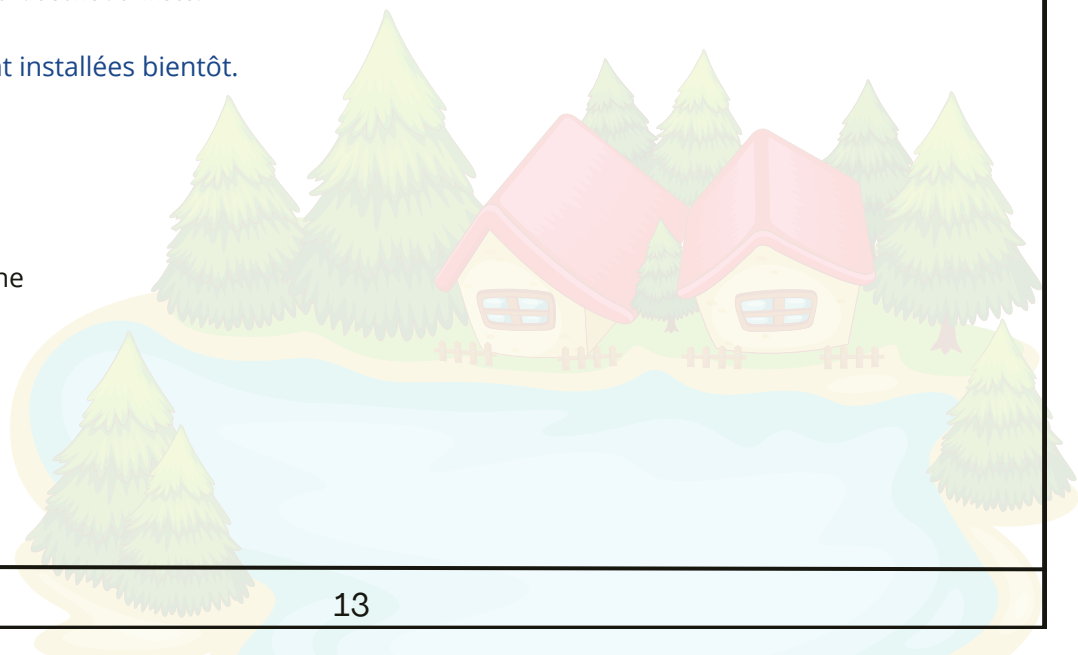
Le beau temps est de retour. Nous souhaitons la bienvenue aux résidents saisonniers et les gens du camping.

Prudence et respect sur le lac sont de mises.

N.B: Les bouées seront installées bientôt.

L'Équipe de l'APLF

Michel Oceau
Johanne Dicaire
Renée-France Bouliane
Pierre Ladouceur
Hugues Gauthier
Pierre Marcou
Lise Caron
Nicole Levasseur
Michel Boudreault



RISQUES D'ÉGAREMENT : DÉTECTION PRÉCOCE, MESURES PRÉVENTIVES ET DE SÉCURITÉ

MESSAGES CLÉS AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES



Contexte

Les troubles neurocognitifs majeurs (TNCM), dont la forme la plus répandue est la maladie d'Alzheimer, touchent une part grandissante de la société québécoise, en raison du vieillissement accéléré de la population. Le risque de développer un TNCM s'accroît rapidement avec l'âge, particulièrement à 65 ans. Il double tous les cinq ans. Selon les prévisions, en 2050, on comptera 360 200 personnes atteintes au Québec (près de 1,5 million au Canada).

Il est fréquent que les personnes vivant avec un TNCM s'égarent. **Toutefois, il est rassurant de constater que près de 95 % des personnes qui s'égarent sont retrouvées dans un périmètre de 400 m².**

L'errance peut découler...

- d'un désir de bouger;
- d'un besoin physique (p. ex. : faim, envie d'aller aux toilettes);
- de l'intention de trouver quelqu'un ou quelque chose;
- d'une volonté de rejoindre son domicile.

Détection précoce des risques d'égarement



Vous pouvez relever différents signaux chez votre proche, tels que :

- Votre proche oublie comment se rendre dans les endroits qui lui sont familiers.
- Il a tendance à vouloir reproduire les routines du passé. Par exemple, il discute d'anciennes obligations.
- Il fait des mouvements répétitifs, répète des phrases, se comporte différemment ou agit nerveusement dans des endroits publics ou bondés.
- Le sommeil est aussi un facteur à surveiller ; votre proche dort dans la journée ou dort moins bien la nuit et reste éveillé ou agité.
- Il s'ennuie à cause d'un manque d'activités appropriées ou de stimulation.
- Il vit du stress, de l'agitation, de la confusion, de la désorientation, de la peur.
- Votre proche est désorienté dans son domicile et vit de l'insécurité.

1. Société Alzheimer Canada. (2022). Rapport 1 | Les troubles neurocognitifs au Canada : Quelle direction à l'avenir. Source : https://alzheimer.ca/sites/default/files/documents/Etude-Morquaine-rapport-1_Societe-Alzheimer-Canada.pdf
2. Office of the Premier. (2011). Watching Out For Ontario's Most Vulnerable Seniors. Source : <http://news.ontario.ca/irv/leliper/18098/watching-out-for-ontarios-most-vulnerable-seniors>
Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer. « La route vers des projets pilotes Silver », présentation PowerPoint.



Stratégies préventives pour réduire le risque d'égarement de votre proche³

Soyez bienveillant envers vous-même et discutez de vos inquiétudes avec un intervenant en qui vous avez confiance. Ce dernier pourra vous conseiller et vous soutenir dans la mise en place de mesures pour diminuer le risque d'égarement et mieux sécuriser votre domicile. Différentes approches et dispositifs, indiqués dans certaines situations, existent.

Tentez d'identifier des contextes, des routines, des endroits et des moments où votre proche a tendance à errer. Vous pourriez tenir un journal qui vous aiderait à déceler des indices vous permettant de mieux comprendre ce qui déclenche ce comportement et, le cas échéant, trouver des pistes de solution.

Songez à adapter l'environnement ou à utiliser des dispositifs qui répondent à vos besoins. Par exemple, vous pourriez installer des décorations murales pour camoufler les portes des pièces de la maison, installer une cloche ou une alarme qui servira d'avertisseur lors de l'ouverture d'une porte, placer hors de vue les clés de voiture, consulter un intervenant pour identifier des dispositifs technologiques répondant à vos besoins, placer des moniteurs auditifs dans la maison pour entendre les allées et venues de votre proche.

Passez en revue les médicaments de votre proche avec son pharmacien ou son médecin et explorez avec lui diverses options. Certains médicaments peuvent être remplacés par d'autres qui causent moins de désorientation spatiale et temporelle.

Encouragez votre proche à faire de l'activité physique. Par exemple, allez marcher ensemble. L'activité physique régulière peut diminuer l'agitation et permettre d'évacuer un surplus d'énergie.

Assurez-vous que votre proche adopte des habitudes de sommeil régulières et que ses siestes ne sont pas trop longues.

Assurez-vous que votre proche ait toujours une pièce d'identité sur lui (ou un bracelet Medic-Alert).

Préparez un plan d'urgence pour avoir une longueur d'avance dans le cas où votre proche venait à s'égarer.

3. Les diverses Sociétés d'Alzheimer au Canada, ainsi que les professionnels de la santé, recommandent les mesures qui suivent. Source : <https://www.bayshore.ca/fr/ressources/comment-prevenir-le-risque-d'egarement-de-votre-proche-atteint-de-demence/>

Voici ce que vous pourriez faire dès maintenant :

- établir une liste des personnes, avec leurs numéros de téléphone, qui pourraient vous aider si votre proche s'égaré;
- compléter une fiche signalétique s'il y en a une disponible dans votre région. Cette fiche rassemble plusieurs informations pertinentes sur votre proche en cas de disparition afin de faciliter la recherche des corps policiers;
- avoir une photo récente et des renseignements médicaux à jour que vous pourriez fournir à la police;
- dresser une liste des endroits où votre proche pourrait vouloir aller.

Que faire si votre proche s'égare?



Plus vite vous demandez de l'aide, plus vite votre proche pourra être retrouvé.

- Effectuez si possible une recherche dans les environs pendant une quinzaine de minutes;
- Composez le 911 et signalez à la police qu'une personne atteinte d'un trouble neurocognitif majeur a disparu. Les corps policiers sont habilités à agir rapidement et à vous soutenir;
- Informez les amis et les voisins de la situation;
- Demandez à quelqu'un de rester à la maison au cas où votre proche reviendrait;
- Demandez à quelqu'un de vous soutenir et de vous accompagner dans cet épisode d'inquiétude et de stress.

RESSOURCES UTILES :



- **911**
- **Société Alzheimer**
La Société Alzheimer la plus près de vous peut vous donner de précieux conseils et vous offrir du soutien
- **Appui – Proches aidants**
Le Service Info-aidant de l'Appui pour les proches aidants est un service personnalisé d'écoute, d'informations et de référence, accessible tous les jours de 8h à 20h au 1 855 852-7784
- **Info-Santé 811**
Service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel



ADRESSE

*HÔTEL DE VILLE
Municipalité de Kiamika
25, rue Principale
Kiamika (Québec)
J0W 1G0*

tél.: 819-585-3225

HEURES D'OUVERTURE DU BUREAU MUNICIPAL

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

DATES DES SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL - 2025

- 12 mai
- 09 juin
- 14 juillet
- 11 août
- 15 septembre
- 14 octobre
- 10 novembre
- 08 décembre

À 19H

**AU SOUS-SOL DE L'HÔTEL DE VILLE
ENTRÉE PAR L'ARRIÈRE DU BÂTIMENT**