



Complément électronique de l'Info-Mak

eMak : Complément électronique de l'Info-Mak

L'Info-Mak prend un virage vert en publiant une partie de son contenu dans un complément électronique que vous pourrez consulter sur le site Web de la Ville de Macamic dans la section « Publications ».

En plus de permettre une économie importante de papier, l'eMak permettra également de diminuer les frais d'impression tout en permettant de publier plus de textes qui nous sont soumis.

Dans ce tout nouveau média, vous retrouverez, entre autres, les textes généralement inclus dans la « Rubrique informative » de l'Info-Mak.

La prochaine parution de l'eMak sortira le 14 juin 2018, **la date limite pour apporter vos textes est le 18 mai 2018**; veuillez les faire parvenir à l'adresse courriel suivante : journalvillemacamic@hotmail.com.

Veillez prendre note que les textes publiés dans l'eMak ne sont pas soumis à une correction systématique de la part de notre équipe; les textes sont généralement publiés tels qu'ils nous ont été soumis.

Sommaire

Chronique verte de la MRC d'Abitibi-Ouest (mars 2018)	3
Chronique verte de la MRC d'Abitibi-Ouest (avril 2018).....	4
Votre caisse vous informe.....	5
La bande riveraine (OBVAJ).....	6
La fraude en 3D	7
Maison de la famille d'Abitibi-Ouest	8
La Fondation canadienne du rein.....	9
Application mobile Québec 511	10
SOPFEU.....	11

CHRONIQUE VERTE



VOLUME 9, NUMÉRO 3 MARS 2018

« CRÉMETTES » POUR LE CAFÉ... RECYCLABLES ?



Les portions individuelles font partie de notre quotidien. En raison de leur côté pratique, les « crémets », ou portions pré-dosées de lait ou de crème pour le café, sont fréquemment utilisées dans le milieu de la restauration, lors d'événements et même au bureau. Même si ce petit contenant est en plastique, sachez qu'il n'est pas recyclable.

Comment les remplacer ?

Votre bureau est certainement un endroit où vous pouvez intervenir. Remplacez ces fameuses « crémets » par un contenant de lait ou de crème de format de 500 millilitres ou de 1 litre, par exemple. Ces contenants, faits de carton, sont recyclables.

La science y travaille aussi !

Le bulletin Tricentris Express nous rapporte qu'une équipe de chercheurs tente actuellement de développer des bulles de lait concentré afin de réduire les emballages. Suivant le même principe que les bonbons durs au centre liquide, l'idée est d'utiliser le sucrose ou l'érythritol pour créer une fine coquille d'un millimètre de sucre cristallisé pour encapsuler le lait ou la crème.

Ces deux substances, sécuritaires pour la consommation, permettent en prime de légèrement sucrer son breuvage au même moment. Il suffit de les plonger dans son café ou son thé, car elles se dissolvent dans le liquide chaud.

Et puisque la fine couche solide qu'elles forment est imperméable, nul besoin d'emballer individuellement ces « crémets » nouveau genre !

Texte tiré de Tricentris Express, février 2018

AUTRES FAÇONS DE RÉDUIRE VOS DÉCHETS DANS LE COIN CAFÉ AU BUREAU

Les bâtonnets

Les bâtonnets de plastique ne sont pas recyclables. Ils peuvent tout simplement être remplacés par une cuillère à café (ustensile durable).

Vous pouvez également les remplacer par une languine (non cuite, évidemment !) que vous déposerez au compost après utilisation.

Emballages individuels de café

Pré-dosés pour un « silex » complet, ils peuvent être remplacés par un emballage grand format que vous pourrez verser dans un contenant. Une tasse à mesurer vous permettra de bien doser votre café !

Tasse à café

Bien que la tasse de carton soit recyclable, la tasse réutilisable demeure la meilleure option.

Écocentre et Centre de valorisation des
matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre
☎ 819 333-2807



Des questions?
Écrivez-nous:
bottinvert@mrcao.qc.ca

MRC d'Abitibi-Ouest

11, 5^e Avenue Est, La Sarre QC J9Z 1K7

☎ 819-339-5671

☎ 819 339-5400

✉ mrcao@mrcao.qc.ca

CHRONIQUE VERTE



VOLUME 9, NUMÉRO 4 Avril 2018

MON FRIGO M'A LÂCHÉ...

Votre vieux réfrigérateur a rendu l'âme et vous devez maintenant en disposer... Mais de quelle façon ? Il faut le recycler, bien sûr, mais plus que cela encore...

Les réfrigérants

Les réfrigérateurs font partie de la grande famille des appareils réfrigérants puisqu'ils contiennent des halocarbures. La famille des réfrigérants comprend notamment :

- les réfrigérateurs;
- les congélateurs;
- les climatiseurs;
- les distributeurs d'eau;
- les celliers;
- les glacières électriques;
- les déshumidificateurs;
- et tout autre appareil de congélation ou de refroidissement.

Les halocarbures

Les rejets des halocarbures dans l'atmosphère contribuent aux deux principales problématiques environnementales qui préoccupent les gouvernements et les environnementalistes du monde entier, soit l'appauvrissement de la couche d'ozone et les changements climatiques.

Où apporter votre vieux frigo ?

Votre vieux frigo et tout autre appareil de la famille des réfrigérants peuvent être apportés à l'**écocentre** situé au Centre de valorisation des matières résiduelles (15 boulevard Industriel à La Sarre).

Les halocarbures seront retirés de ces appareils par un professionnel avant d'être recyclés.



MON FRIGO FONCTIONNE ENCORE... MAIS...

Votre réfrigérateur fonctionne encore, mais vous décidez de vous en offrir un nouveau ? Sachez que la Ressourcerie Le Filon vert accepte les électroménagers fonctionnels.

SAVIEZ-VOUS QUE...

Lorsqu'il est jeté aux ordures, un réfrigérateur dégage jusqu'à 3,7 tonnes métriques en équivalent de CO₂, soit la même quantité émise par une voiture qui parcourt 17 500 km.

Certains congélateurs construits avant l'année 2000 renferment de 1 à 1,5 gramme de mercure, une substance très toxique pour la chaîne alimentaire et l'être humain.

Au Québec, il y a environ 158 000 réfrigérateurs, 62 500 congélateurs et 62 500 climatiseurs en fin de vie chaque année.

Source : Frigoresponsable.ca

Écocentre et Centre de valorisation des matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre
☎ 819 333-2807



Des questions?
Écrivez-nous :
bottinvert@mrcao.qc.ca

MRC d'Abitibi-Ouest

11, 5^e Avenue Est, La Sarre QC J9Z 1K7

☎ 819-339-5671
☎ 819 339-5400
✉ mrcao@mrcao.qc.ca

VOTRE CAISSE VOUS INFORME

Capsule AVANTAGES



AVANTAGES EXCLUSIFS
AUX MEMBRES



MON BUDGET

L'outil de gestion budgétaire **Mon budget**, disponible dans AccèsD Internet et sur les services mobiles Desjardins, vous permet d'avoir un portrait clair de vos revenus et de vos dépenses de tous les jours. Il vous aide également à définir des objectifs budgétaires réalistes de manière simple, rapide et sécuritaire. De plus, si vous avez un projet en tête, **Mon budget** vous permet de créer des projets et d'épargner en vue de la réalisation de ceux-ci.

desjardins.com/particuliers/avantages-membre/outils-applications-pratiques/index.jsp

ACHAT D'UNE MAISON

Vous comptez emménager bientôt dans votre premier chez-vous bien à vous ou encore, faire l'acquisition d'une nouvelle maison ?

À la Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest sachez qu'en plus de **vous aider à choisir le prêt hypothécaire** convenant le mieux à vos besoins et votre situation, votre conseiller Desjardins agira dans votre intérêt et vous accompagnera judicieusement tout au long du processus d'acquisition de votre résidence.

PROJET RÉNOVATION

Vous songez plutôt à rénover votre maison?

Votre conseiller pourra déterminer avec vous le montant que vous pourrez emprunter et il est là également pour vous faire profiter des nombreux avantages exclusifs aux membres Desjardins.

Alors, n'hésitez plus, prenez rendez-vous avec votre conseiller Desjardins dès aujourd'hui!

ASSURANCE HABITATION

Protection tous risques pour votre chez-vous!

Parce que les petits imprévus font partie de la vie, Desjardins Assurances pense à tout et vous offre la protection « tous risques ». Ainsi, vous êtes protégé contre la majorité des événements accidentels tels qu'un dégât de peinture endommageant votre plancher.

Demandez une soumission dès maintenant au 1 888 ASSURANCE

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



Desjardins
Caisse de l'Abitibi-Ouest

Réalisons  ensemble

LA BANDE RIVERAINE



Organisme de bassin Versant
Abitibi-Jamésie

Pour toutes informations supplémentaires, observations ou questionnements, veuillez contacter l'OBVAJ :
Tél. : 819-824-4049
Courriel : informations@obvaj.org
Site internet : www.obvaj.org
Facebook :
<https://www.facebook.com/eauOBVAJ/>



Source : GROBEC, 2010

La bande riveraine n'obstrue pas nécessairement la vue.



Source : OBV Côte-du-sud, 2010

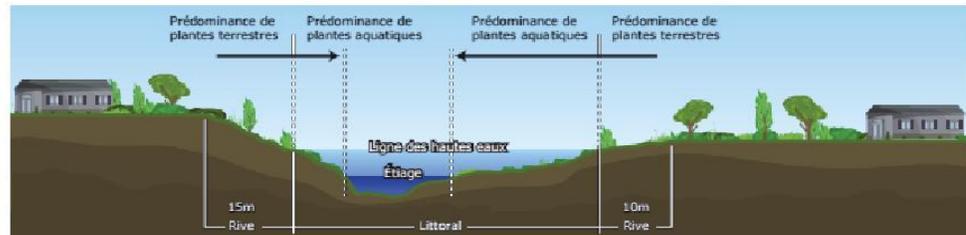
Une ouverture de 5 m est permise (pente inférieure à 30 %) pour accéder au plan d'eau.



Source : (Marsh, 2014)

Rosier inerte ou Rosier du Labrador

Il s'agit d'une bande de végétation naturelle qui constitue une zone de transition entre les milieux terrestres et aquatiques. Elle varie en fonction de la pente et de la hauteur du talus puis se calcule à partir de la ligne des hautes eaux. Selon la *Politique de protection des rives, du littoral et des plaines inondables (PPRLPI)*, elle varie entre 10 et 15 m.



Source : Doyon, N. (s.d.) Fiche d'aménagement de la bande riveraine. ROBVO.
Repéré à : http://obvaj.org/wp-content/uploads/2015/10/Fiche_bande_riveraine.pdf

RÔLE, UTILITÉ ET AVANTAGE DE LA BANDE RIVERAINE

- Stabilise vos berges;
- Filtre les polluants;
- Absorbe les éléments nutritifs qui nourrissent les algues bleu-vert;
- Réduit le ruissellement;
- Réduit l'érosion de votre terrain;
- Préviens les inondations;
- Protège des vagues et des grands vents;
- Réduit l'ensablement et le coût des travaux;
- Contribue à la santé du milieu aquatique;
- Procure des habitats et de la nourriture pour la faune;
- Augmente la diversité végétale et animale.

RENATURALISATION VS REVÉGÉTALISATION

La renaturation implique de laisser aller la nature en évitant de tondre la pelouse. Ainsi, la nature choisira les végétaux de votre bande riveraine (voir 1^{re} image à gauche). **Avantage :** peu coûteux.

La revégétalisation nécessite de mettre la main à la pâte pour planter des végétaux (voir 2^e image à gauche). **Avantage :** personnalisation de l'aménagement et des végétaux.

PLANTATION (consulter l'ensemble des grandes étapes au <http://banderiveraine.org/planter/>)

Quand : Au printemps ou à l'automne

Comment :

- 1) On creuse un trou;
- 2) On s'assure que le fond du trou est bien meuble;
- 3) On amende;
- 4) On place le plant dans le trou;
- 5) On remplit le trou à moitié;
- 6) On arrose;
- 7) On termine le remplissage;
- 8) On ajoute un tuteur;
- 9) On prépare la cuvette d'arrosage;
- 10) On arrose en remplissant la cuvette;
- 11) On installe du paillis;
- 12) On fait la taille de nettoyage.

CHOIX DES VÉGÉTAUX

Herbacées, arbustes et arbres indigènes (provenant du Québec) sont à cibler. Ils doivent être adaptés au climat de l'Abitibi

Consulter la liste des végétaux recommandés pour la végétalisation des bandes riveraines en Abitibi ainsi que notre liste des pépinières en Abitibi sur <http://obvaj.org/les-bonnes-pratiques/la-bande-riveraine/>. Vous y trouverez plusieurs conseils et des photos.

NE PROPAGEZ PAS LES ESPÈCES EXOTIQUES ENVAHISSANTES



LE GOBIE À TACHES NOIRES



Comme les carpes asiatiques juvéniles, le gobie peut :
• se retrouver dans les viviers commerciaux ;
• être vendu comme poisson-appât.

Ces espèces exotiques envahissantes utilisés comme poissons-appâts menacent la biodiversité de par leur voracité, leur rapidité de reproduction et le risque qu'ils transportent des pathogènes.

Il est dorénavant :

- Interdit d'utiliser du poisson-appât vivant partout au Québec.
- Interdit d'utiliser du poisson-appât mort en saison estivale partout au Québec.
- Autorisé d'utiliser des poissons-appâts morts en saison hivernale dans certaines zones de pêche du Québec où cette pratique était déjà autorisée*.



LA FRAUDE EN 3D

Détecter, Dénoncer, Décourager

Personne n'est à l'abri d'escroquerie, peu importe son âge, son niveau de scolarité ou son lieu de résidence.

La plupart des fraudes peuvent être évitées. C'est pourquoi il est important d'être vigilant et de les reconnaître afin de se protéger efficacement.

Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le livret d'information à l'adresse suivante :

<http://www.villemacamic.qc.ca/documents/articles/la-fraude-en-3d.pdf>



BANQUE DU CANADA
BANK OF CANADA



Maison de la famille d'Abitibi-Ouest

La Maison des Famille d'Abitibi-Ouest est un lieu d'éducation populaire, un milieu de vie accueillant, souple, créatif, branché sur les familles et rempli d'expériences parentales de toutes sortes.

Nous avons créé des capsules pour promouvoir nos services et nos activités dans le but d'offrir un soutien et des moments de plaisir en famille.

Jade Belzil

Adjointe administrative

Maison des Familles d'Abitibi-Ouest

819-333-2670

CROQUE-LIVRES ET CROQUE-JOUETS

Accessible à tous les membres, livres et jouets usagés. Nous acceptons les dons en bon état.

M'AMIES TENDRESSE

Accompagnement bénévole au domicile des futurs parents et des familles d'enfant 0-2 ans. Que ce soit pour du répit, du soutien, de l'écoute ou des conseils, n'hésitez pas à appeler pour être jumelé à la M'amie idéale.





Pour parution dans votre journal communautaire de mars ou avril 2018

Depuis plus de 10 ans, les citoyens de l'Abitibi-Ouest contribuent généreusement à la campagne de financement de la Fondation canadienne du rein. Ils permettent ainsi aux Abitibiens vivant avec des maladies rénales de bénéficier des résultats de tous les aspects de la recherche et des programmes de soutien développés par la Fondation. L'an passé, la campagne a rapporté la prodigieuse somme de 31 111,40 \$

Voici les activités de 2018 :

- **23 mars : Conférence de presse**
- **Dimanche 8 avril, brunch santé, dès 10 h**, au Pavillon des sports de Dupuy. Le cout du billet est de 12 \$. Pour vous procurer des billets : 819-339-2383.
- Du **1 au 30 avril** dans les MRC d'Abitibi-Ouest : des bénévoles cogneront à vos portes pour recueillir vos dons.
Il est aussi possible de faire un **don en ligne** : rein.ca/pap2018

Nous comptons sur votre générosité habituelle et nous vous remercions de l'accueil que vous réserverez à nos bénévoles.

Alain Robitaille

Conseiller en placement

DESJARDINS Gestion du patrimoine| valeurs mobilières

Président d'honneur pour la campagne 2018

Pour plus d'info : Gisèle 819-333-2398

OU Nicole Jalbert, agente de développement

Section Abitibi-Témiscamingue

nicole.jalbert@rein.ca 819-290-1215

No d'enregistrement : 10756-73 8 — RR001

Application mobile Québec 511

Planifiez des déplacements sécuritaires et efficaces avec l'application mobile Québec 511

Cette application mobile permet d'obtenir, au bout des doigts, une variété d'information, telle que :

- les travaux routiers et les entraves (l'emplacement, nature, horaire, durée);
- l'état de la circulation;
- les conditions routières hivernales (état de la chaussée et visibilité);
- les images des caméras de circulation (grandes régions du Québec et postes frontaliers);
- les événements en cours sur le réseau routier (accidents, inondations, etc.);
- la disponibilité et les horaires des services de traversier;
- le temps d'attente aux postes frontaliers;
- l'emplacement des haltes routières et des villages-relais, ainsi que les services offerts;
- l'emplacement des radars photo et des caméras de surveillance aux feux rouges;
- les accès interdits aux camions et les limitations de poids.
- les informations sur les ponts fédéraux;

De plus, l'activation d'alertes permet de recevoir des notifications au sujet des avertissements en vigueur, des nouveaux travaux routiers et des messages généraux.

L'application mobile Québec 511 est disponible pour les appareils utilisant les systèmes d'exploitation iOS et Android, et peut être téléchargée gratuitement dans les boutiques en ligne [App Store](#) et [Google Play](#).

Les utilisateurs des autres types d'appareils intelligents peuvent utiliser le [site mobile](#) de Québec 511.

Aperçu de l'application



iOS



Android

SAVIEZ-VOUS QUE...



[LA SOPFEU VOUS INFORME DE NOMBREUSES FAÇONS?]

- ❗ **SUR SON SITE INTERNET**
La carte interactive vous présente la situation en forêt en temps réel.
- ❗ **SUR SON APPLICATION MOBILE**
Grâce à la géolocalisation, soyez informés du danger d'incendie et des feux en activité dans votre secteur. Activez les alertes pour connaître la situation en temps réel.
- ❗ **SUR SES MÉDIAS SOCIAUX**
Suivez et interagissez avec la SOPFEU sur Facebook et Twitter.



SAVIEZ-VOUS QUE...



[LE DANGER D'INCENDIE VOUS INFORME SUR LES COMPORTEMENTS À ADOPTER EN FORÊT?]

- ❗ **BAS**
Il s'agit d'un bon moment pour faire un feu de camp si cela est permis où vous vous trouvez.
- ❗ **MODÉRÉ**
Faites des feux de petite dimension sur le sol minéral.
- ❗ **ÉLEVÉ**
Avant d'allumer, vérifiez la force des vents.
- ❗ **TRÈS ÉLEVÉ**
Faites des feux seulement dans des installations munies d'un pare-étincelles.
- ❗ **EXTRÊME**
Évitez de faire des feux.

SAVIEZ-VOUS QUE...



[VOTRE VTT PEUT PROVOQUER UN INCENDIE DE FORÊT?]

- ❗ **NETTOYEZ VOTRE VTT**
Si des débris s'accumulent près des parties chaudes de votre moteur, ils peuvent s'assécher et s'enflammer. En tombant au sol, ils risquent d'allumer un incendie.
- ❗ **CONSULTEZ LE DANGER D'INCENDIE**
Lorsque le danger est élevé, empruntez les sentiers existants.
- ❗ **GAREZ-VOUS SUR LE SOL MINÉRAL**
Éteignez votre moteur lors d'un arrêt prolongé. Si vous fumez, immobilisez-vous sur une surface dégagée.

SAVIEZ-VOUS QUE...



[VOUS DEVRIEZ TOUJOURS AVOIR DE L'EAU À PROXIMITÉ DE VOTRE FEU DE CAMP?]

- ❗ ÉVITEZ DE PERDRE LE CONTRÔLE DE VOTRE FEU.
- ❗ UTILISEZ UN SAC À EAU
 - Remplace le seau traditionnel.
 - Petit et facile à transporter.
 - Disponible dans plusieurs magasins de plein air.
- ❗ ÉTEIGNEZ EFFICACEMENT VOTRE FEU DE CAMP.
- ❗ PRÉVENEZ LES INCENDIES DE FORÊT.



SAVIEZ-VOUS QUE...



[LES INCENDIES DE FORÊT SURVIENNENT AUSSI L'AUTOMNE?]

- ❗ TEMPS DE LA CHASSE
 - Les feuilles mortes représentent un combustible de choix à ce temps de l'année. Quelques heures d'ensoleillement suffisent à les assécher. Chasseurs, vous devez donc redoubler de prudence en forêt!
- ❗ MÉGOTS DE CIGARETTE
 - Fumez sur le sol minéral et éteignez vos mégots en les écrasant sur une roche.
- ❗ FEUX DE CAMP
 - Surveillez constamment votre feu de camp. Éteignez-le en l'arrosant deux fois plutôt qu'une.

POUR UN FEU DE CAMP RÉUSSI

DANGER D'INCENDIE AUJOURD'HUI



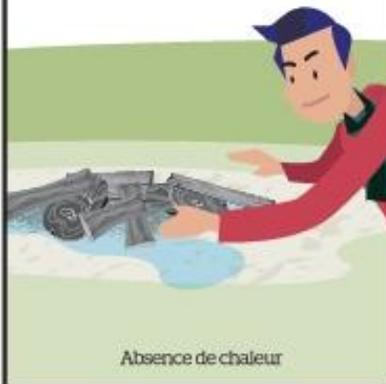
1. PRÉPAREZ 2. ALLUMEZ 3. SURVEILLEZ



4. ÉTEIGNEZ



5. VÉRIFIEZ



EN CAS DE PERTE DE CONTRÔLE
OU POUR SIGNALER UN INCENDIE:
1 800 463-FEUX