



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 11 août 2016, **la date limite pour apporter vos textes est le 15 juillet 2016**; 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.....	3
La bande riveraine.....	4
Merci aux bénévoles en santé de l'Abitibi-Ouest.....	5
CPS d'Abitibi-Ouest : Saviez-vous que.....	6
Votre caisse vous informe.....	7
Zone d'examens.....	8
Camp Joli-B.....	9







CHRONIQUE VERTE



VOLUME 7, NUMÉRO 6 JUIN 2016

VOUS DÉMÉNAGEZ ?

Vous déménagez et vous voulez éviter que vos vieux objets se retrouvent au site d'enfouissement ? Il suffit simplement de savoir où les déposer. Voici comment vous départir de vos objets de façon responsable.

 Frigo <u>Utilisable</u> Ressourcerie <u>Inutilisable</u> Écocentre	 Petits et gros électros <u>Utilisable</u> Friperie (petits) Ressourcerie Certains comptoirs familiaux <u>Inutilisable</u> Legault Métal Écocentre	 Meubles <u>Utilisable</u> Ressourcerie Certains comptoirs familiaux <u>Inutilisable</u> Écocentre	 Vaisselle <u>Utilisable</u> Friperie Ressourcerie Certains comptoirs familiaux <u>Cassée</u> Poubelle	 Stores Toile <u>Utilisable</u> Ressourcerie Friperie Certains comptoirs familiaux <u>Inutilisable</u> Poubelle Écocentre	 Boîtes en carton <u>Non souillé</u> Bac de récupération Écocentre <u>Souillé</u> Poubelle
--	--	--	---	---	--

Quelques références :

Écocentre : 15, boulevard Industriel, La Sarre

Friperie au coin de l'Entraide : 48A, 4^e Avenue Est, La Sarre

Legault Métal inc. : 895, Route 111 Est, La Sarre

Ressourcerie Le Filon vert : 129, 3^e Avenue Est, La Sarre

Comptoirs familiaux : consultez le Répertoire des récupérateurs au : mrcao.qc.ca,

puis cliquez sur *Matières résiduelles* puis *Autres informations* ou inscrivez :

<http://mrc.ao.ca/documents/pages/repertoire-des-recuperateurs1.pdf>

Source : Répertoire des récupérateurs de la MRC d'Abitibi-Ouest, 2015

Abonnez-vous à notre **Chronique verte électronique** au :

<http://mrc.ao.ca/fr/la-chronique-verte/abonnement.cfm>

C'est gratuit !



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

6, 8^e avenue Est, La Sarre J9Z 1N6

819-339-5671

819 339-5400

mrcao@mrcao.qc.ca



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.



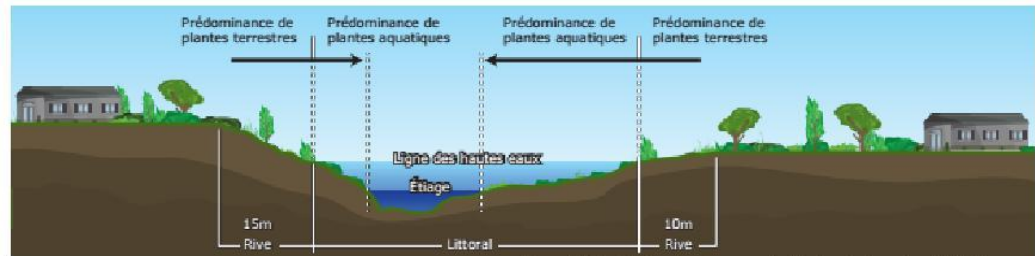
Source : OBV Côte-du-sud, 2010
Une ouverture de 5 m est permise (pente inférieure à 30 %) pour accéder au plan d'eau.



Source : (Marsh, 2014)

Rosier inermis 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^{ère} image à gauche). **Avantage :** peu coûteux.

La revégétalisation nécessite de mettre la main à la pâte pour planter des végétaux (voir 2^{ème} 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.



Regroupement
des bénévoles du
CISSS-AT

MERCI AUX BÉNÉVOLES EN SANTÉ DE L'ABITIBI-OUEST!

« Le bénévole, en faisant le choix libre et volontaire d'aider autrui par un geste gratuit, de donner généreusement de son temps, de ses compétences et de son énergie, ainsi qu'en participant activement dans sa communauté, génère des impacts très positifs tant pour lui-même que pour l'ensemble de la collectivité. » Tiré du communiqué de presse de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec

Depuis quelques années, les bénévoles sont une richesse qui se fait de plus en plus rare au sein de notre réseau de la santé. Un petit nombre de personnes accomplit donc un grand nombre d'heures de bénévolat.

En Abitibi-Ouest, nous comptons plus de 50 bénévoles qui effectuent plus de 5 000 heures de bénévolat dans les établissements de santé! Ils remettent aussi plus de 20 000 dollars en dons chaque année. Ces sommes permettent la réalisation de projets spéciaux, l'achat de petits équipements, sans compter les cadeaux qu'ils remettent directement aux patients et les fêtes qu'ils organisent.

La prochaine fois que vous rencontrerez un bénévole, prenez le temps de dire *Merci!*

Lors de l'assemblée générale annuelle du Regroupement des auxiliaires bénévoles du CSSSAB, tenue au mois de mars, un hommage spécial a été rendu à deux bénévoles pour souligner les nombreuses heures qu'ils ont données avec cœur au fil des ans.



Lapierre, présidente des auxiliaires bénévoles CSSSAB



Légende (de gauche à droite) :

Mme Michelle Mayer-Fortier, M. Louis-Philippe Fortier, Mme Irène



C.P. 546, La Sarre J9Z 3J3 Tél : 819.339.3356 courriel: info@cpsao.org

Saviez-vous que...

En Abitibi-Ouest, grâce au soutien financier des Fonds Québécois d'Initiatives sociales, 31 intervenants œuvrant dans les milieux communautaires et au Centre jeunesse ont reçu la formation «Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide des bonnes pratiques».

Le Centre de prévention du suicide d'Abitibi-Ouest tient à remercier la MRC d'Abitibi-Ouest et la Maison St-André pour la gestion et le support des projets et l'importante contribution qui a permis à notre territoire, d'avoir du personnel formé pour mieux prévenir la détresse et les comportements suicidaires dans la MRC d'Abitibi-Ouest.

Merci de nous aider à mieux aider!

**Si vous avez besoin d'aide et de support vous pouvez contacter le
1 866 277-3553 (service d'intervention 24/7).**

VOTRE CAISSE

VOUS INFORME

Hop-Ép@rgne

Découvrez votre outil d'épargne instantanée **Hop-Ép@rgne** dans l'application des services mobiles Desjardins. Avec **Hop-Ép@rgne**, il suffit simplement de créer votre projet, votre objectif d'épargne, choisir la provenance des fonds puis déterminer le montant du virement à effectuer.

N'hésitez pas à contacter votre conseiller à la Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest pour avoir plus d'information sur votre outil d'épargne instantanée **Hop-Ép@rgne**.



Produits financiers et d'assurances sous un même toit

Desjardins est la seule institution financière à vous offrir des produits financiers et des produits d'assurances de personnes en un même lieu, ce qui vous permet de bénéficier d'offres combinées plus avantageuses à la Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest.

Des produits financiers et d'assurances sous un même toit, un autre avantage exclusif aux membres Desjardins!

Dépôt mobile / AccèsD et AccèsD Affaires.

Les services mobiles Desjardins vous offrent une nouveauté:

Vous pouvez maintenant photographier un chèque à partir de votre téléphone intelligent ou de votre tablette afin de le déposer dans votre compte.

Cette nouvelle fonctionnalité de dépôt à l'aide de photo est accessible à partir de la section "Dépôt mobile" et s'applique pour vos finances personnelles ou celles de votre entreprise.

Le nouveau "dépôt mobile" d'Accès D et Accès D Affaire, simple, rapide et gratuit.

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

 **Desjardins**
Caisse de l'Abitibi-Ouest

Réalisons  ensemble



La période d'examens commence dès le début mai pour les élèves de nos écoles secondaires.

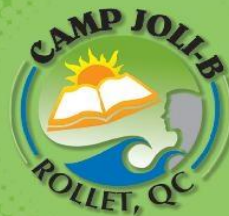
Parents et employeurs, soyez vigilants!

Participez à mettre en place toutes les conditions gagnantes pour favoriser la réussite.

C'est important, nos jeunes sont la relève, les futurs parents et employeurs de demain !

**COMITÉ DE LA RÉUSSITE
ÉDUCATIVE ABITIBI-OUEST**





**Du plaisir
garanti!**
ÉTÉ 2016

www.campjoli-b.com

Camp Joli-B

Hey les Jeunes!

Vous aimeriez participer à une semaine
de camp inoubliable ?

Le Camp Joli-B, situé tout près de chez vous,
vous invite à être de la partie!

Pour en savoir d'avantage,
visitez notre site internet.

Tél. 819-723-2140

Arts plastiques | Baignade | Canot | Chants et musique | Corde à Tarzan | Découverte de la nature | Feux de camp
Clissade d'eau | Mur d'escalade | Pêche | Pédalo | Pique-nique | Pneumatique | Randonnée de ponton
Ski nautique | Sports d'équipe | Théâtre | Tir à l'arc | Etc.

