



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 13 juin 2019, **la date limite pour apporter vos textes est le 17 mai 2019**; veuillez les faire parvenir à l'adresse courriel suivante : journalvillemacamic@hotmail.com.

Veuillez 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 2019)	3
Chronique verte de la MRC d'Abitibi-Ouest (avril 2019).....	4
La bande riveraine (OBVAJ)	5
Votre caisse vous informe.....	6
Campagne de financement de la Fondation Canadienne du rein.....	7
Centre de Femmes l'Érige (Groupe d'achats alimentaires Du Cœur au ventre)	8
SOPFEU – Saviez-vous que	9

CHRONIQUE VERTE



VOLUME 10, NUMÉRO 3 MARS 2019

ZÉRO DÉCHET : SES 5 RÈGLES ET SES BIENFAITS

Il va sans dire, le mouvement *Zéro déchet* prend de l'ampleur au Québec, mais aussi chez nous, en Abitibi-Ouest. Mais qu'est-ce que le *Zéro déchet* ? Voici les 5 règles de ce mouvement et des exemples concrets à appliquer au quotidien.



Refuser (ce dont nous n'avons pas besoin)

Refusez les objets superflus qui s'insinuent dans votre vie. On pourrait en recycler la majorité, mais le zéro déchet vise plutôt à enrayer ces objets inutiles. Par exemple, refusez les articles en plastique à usage unique, les tasses jetables, les échantillons, les articles promotionnels inutiles et encombrants.

Réduire (ce dont nous avons besoin)

Réduire, c'est s'attaquer au cœur du problème des déchets et de prendre en considération les conséquences environnementales de la consommation. Remettez-vous en question : en avez-vous réellement besoin ? Aussi, vous pouvez aussi réduire les emballages, acheter en vrac, imprimer moins, etc.

Réutiliser (ce que nous consommons et ne pouvons ni refuser ni réduire)

À ne pas confondre avec recycler. Réutiliser consiste à maximiser l'utilisation d'un produit et prolonger sa durée de vie. Cherchez des produits réutilisables, rechargeables, réparables, durables et polyvalents.

Recycler (ce que nous ne pouvons ni refuser, ni réduire, ni réutiliser)

Apprenez bien ce qui est accepté dans le bac bleu et à l'écocentre et appliquez-le dans votre quotidien. Consultez la section *Matières résiduelles* de notre site Internet : <https://www.mrcao.qc.ca/fr/matieres-residuelles-ecocentre>.

Composter (le reste)

Le compostage domestique permet de recycler les matières organiques végétales qui, autrement, se retrouvent dans un site d'enfouissement.

Consultez : <https://www.mrcao.qc.ca/fr/compostage-domestique-et-herbicyclage>.

Source : Béa Johnson (2013), *Zéro déchet*. Les éditions Transcontinental.

RÉFLEXION

« C'est vrai, on sort la poubelle sur le trottoir le soir, et, le lendemain matin, les emballages en plastique de céréales et les essuie-tout souillés ont disparu, comme par enchantement. Mais, quand on dit : "Je l'ai jeté", qu'est-ce qu'on veut dire exactement ? On l'a jeté où ? On a beau déposer les poubelles hors de notre vue, ça ne veut pas dire qu'on ne doit plus y penser. Après tout, nos déchets ne disparaissent pas sous prétexte que les vidangeurs les ont enlevés. Ils finissent dans les décharges, à compromettre notre environnement à l'équilibre précaire, à libérer des composés toxiques dans l'air et le sol, à gaspiller les ressources utilisées pour créer ces produits dont on s'est débarrassé, et à nous coûter des sommes astronomiques chaque année pour les traiter. »

Béa Johnson, *Zéro déchet*. Les éditions Transcontinental, p.29

**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 10, NUMÉRO 4 AVRIL 2019

LE RÉEMPLOI DE VOS GROS OBJETS

Vous avez des gros objets et vous souhaitez vous en départir? Alors posez-vous la question suivante : ces objets sont-ils encore fonctionnels et pourraient-ils être utiles à quelqu'un d'autre?

Si la réponse est **oui**, sachez que bon nombre d'organismes du territoire acceptent vos gros objets réutilisables et leur offrent une seconde vie.

OÙ DÉPOSER MES GROS OBJETS FONCTIONNELS ?

Voici quelques organismes et des exemples de catégories de gros objets qu'ils acceptent:

Ressourcerie Le Filon vert

Accessoires de maison
Appareils électriques de maison
Articles pour bébé/jouets
Articles de sport
Bicyclettes
Électroménagers
Matériel électronique
Meubles
Moteurs électriques
Téléviseurs

Certains comptoirs familiaux
peuvent également accepter de
gros objets fonctionnels.

Il est cependant **important** de vous
informer auprès d'eux avant de
leur apporter vos objets.

Friperie Au coin de l'entraide

Accessoires de maison
Appareils électriques de maison
Articles pour bébé/jouets
Articles de sport

Atelier boutique VROOM Carrefour jeunesse Emploi d'Abitibi-Ouest

Articles de sport
Bicyclettes

Maison des familles d'Abitibi-Ouest

Articles pour bébé/jouets



CONNAISSEZ-VOUS L'APPLICATION « ÇA VA OÙ ? »

Lancée par Recyc-Québec, cette
application mobile est disponible
gratuitement sur Google Play et
App Store.

En quelques clics seulement,
vous saurez où et comment vous
départir de plus de 1000 produits
selon votre municipalité.

Rien de plus facile :

- Inscrivez le nom de votre
municipalité;
- Identifiez le produit dont
vous voulez vous départir.

Voilà ! Une ou des options
s'affichent.

Une version web est également
disponible au : www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/appmobile-cavaou.

Source : Répertoire des récupérateurs, MRCAO
<https://www.mrcao.qc.ca/documents/pages/repertoire-des-recuperateurs1.pdf>

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

QU'EST-CE QUE C'EST ?

La bande riveraine est constituée de végétaux, c'est une zone de transition entre les milieux terrestres et aquatiques.

QUELS SONT SES AVANTAGES ?

- **Barrière à pollution :** Les végétaux retiennent et éliminent les polluants;
- **Refuge pour la faune :** Les animaux y vivent;
- **Stabiliser les berges :** les racines retiennent le sol et diminuent l'érosion;
- **Protéger contre le réchauffement climatique :** l'ombre réduit le réchauffement de l'eau, réduisant la prolifération de cyanobactéries;
- **Prévenir les inondations :** les végétaux absorbent beaucoup d'eau;
- **Contribuer à la beauté des paysages.**

Consultez la section bonne pratique de notre site web pour plus d'informations !

Nous contacter

615 Avenue Centrale, suite 202,
Val-d'Or, J9P 1P9.
819-824-4049
informations@obvaj.org
www.obvaj.org



Consultez l'ensemble des étapes de **plantation** ainsi que les **choix de végétaux** au <http://banderiveraine.org/planter/>

LA BANDE RIVERAINE

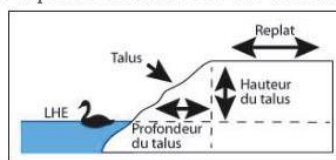
COMMENT PUIS-JE AMÉNAGER UNE BANDE RIVERAINE CHEZ MOI ?

La renaturalisation consiste tout simplement à laisser aller la nature en cessant de tondre la partie du terrain qui longe un plan d'eau. La méthode conseillée est la revégétalisation de la rive, elle va accomplir ses rôles plus rapidement. La revégétalisation consiste à choisir les bons végétaux afin de les implanter dans la zone de la bande riveraine.

Comment procéder à la plantation ?

Les dimensions de la bande riveraine

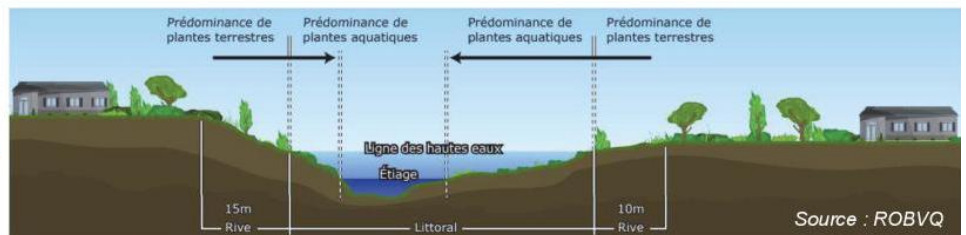
- La ligne des hautes eaux : Elle est déterminée par le plus haut niveau d'eau atteint lors des dernières crues au printemps. (Début de la bande riveraine)
- La largeur de la bande riveraine : Il est suggéré d'aménager une bande riveraine variant de 10 à 15 mètres, de la ligne des hautes eaux vers les terres. *Consultez votre municipalité pour connaître les règlements.*
- La pente de la rive : Elle détermine la largeur de la bande riveraine.



$$\text{Pente en \%} = \frac{\text{Hauteur du talus}}{\text{Profondeur du talus}} \times 100$$

Source : Cobamil

Largeur de **10m** : Pente inférieure à 30% ou hauteur de moins de 5m;
Largeur de **15m** : Pente supérieure à 30% ou hauteur de plus de 5m.



Source : ROBQ

Le choix des végétaux

La bande riveraine doit être composée de trois strates, une herbacée (filtre l'eau), arbustive (stabilise les berges) et arborescente (coupe le vent et fait de l'ombre). Plusieurs facteurs sont déterminants afin qu'une bande riveraine remplisse ses fonctions dans chaque type de sol. En effet, il faut tenir compte de :

- L'exposition au soleil;
- la zone de rusticité;
- l'humidité du sol;
- la localisation sur le talus.
- La hauteur du plant;
- le type de croissance;
- le rôle de la plante.

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 !
desjardins.com/avantages

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



Attention! Attention!

La Fondation Canadienne du rein a lancé sa campagne annuelle de financement le 1^{er} avril dernier sous la présidence de monsieur Samuel Doré.

Durant tout le mois d'avril les bénévoles feront du porte à porte pour recueillir vos dons. Vous pouvez aussi faire parvenir vos dons à l'adresse suivante :

La Fondation canadienne du rein
Case postale 33
La Sarre (Québec) J9Z 2X4

Merci à l'avance de votre généreuse contribution.



AVIS À TOUTES

Le groupe d'achats alimentaires Du Cœur au ventre est à la recherche de femmes dans les différents villages avoisinants La Sarre afin de prendre part à des assemblées de cuisine.

Concrètement, nous sommes à la recherche d'une femme dans chaque municipalité, qui sera prête à nous inviter dans sa cuisine afin que nous puissions nous réunir et discuter.



Centre de femmes
l'ÉRIGE

TU ES INTÉRESSÉE? CONTACTES-NOUS!
(819) 333-9706

ducoeurauventre@hotmail.com
Centre de Femmes l'Érige
35, 3e Avenue Ouest, La Sarre



ENSEMBLE, PLUS FORT

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.

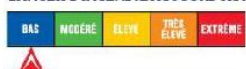


❗ **ÉTEIGNEZ EFFICACEMENT VOTRE FEU DE CAMP**

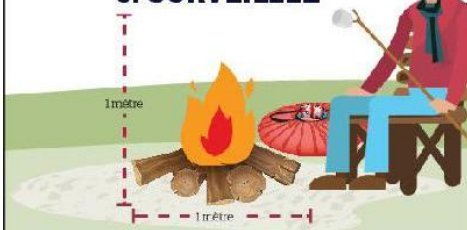
❗ **PRÉVENEZ LES INCENDIES DE FORÊT**

POUR UN FEU DE CAMP RÉUSSI

DANGER D'INCENDIE AUJOURD'HUI



**1. PRÉPAREZ
2. ALLEMEZ
3. SURVEILLEZ**



EN CAS DE PERTE DE CONTRÔLE OU POUR SIGNALER UN INCENDIE:

1 800 463-FEUX

4. ÉTEIGNEZ



5. VÉRIFIEZ



SAVIEZ-VOUS QUE...

la SOPFEU vous informe de nombreuses façons?

SITE INTERNET

La carte interactive vous présente la situation en forêt en temps réel.



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.



MÉDIAS SOCIAUX

Suivez et interagissez avec la SOPFEU sur Facebook et Twitter.



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...

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...

les incendies de forêt surviennent aussi l'automne?

❗ **PÉRIODE DE 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.